Maria Gabriella Lavorgna

Lo Specchio dell'Anima

La logica del Creato nel grande gioco della Vita

MARIA GABRIELLA LAVORGNA

Lo Specchio dell'Anima

La logica del Creato nel grande gioco della vita

Indice

Capitolo 1) L'amicizia
Capitolo 2) Le perdite, Le rinunce
Capitolo 3) Il dolore e la sofferenza
Capitolo 4) La morte
Capitolo 5) L'Amore
Capitolo 6) Il tradimento
Capitolo 7) Il perdono
Capitolo 8) La fede
Capitolo 9) La Giustizia
Capitolo 10) La ricchezza e la poverta'
Capitolo 11) Strategie di Pace
Capitolo 12) Il Risveglio interiore
Conclusioni

Dedico questo libro al mio maestro spirituale indiano

Sathya Sai Baba,

colui che mi ha condotto sul sentiero della conoscenza, risvegliando il mi

Figura 1 - India Ashram di Sai Baba Whitefield agosto 1994

Questo libro, scaturito da una profonda analisi delle "***prove*** ", cui la vita mi ha sottoposto, vuole porre in evidenza i nodi karmici che le hanno determinate ed essere quindi uno "***Specchio***" nel quale il lettore potrebbe riconoscersi o trarne un utile messaggio. La mia vita è stata un susseguirsi di "prove", un'alternanza di vicende, una serie di

esperienze che hanno toccato ogni sfera emozionale del mio Essere, ed hanno arricchito il mio bagaglio esistenziale, dando luogo a testimonianze e riflessioni sul vero ***Senso della vita***. Per "prove " intendo ciò che ha inciso profondamente a livello fisico, emotivo, mentale e spirituale, costituendo la mappa della mia realtà consapevole, dal quale sono scaturite, vere lezioni di vita, inevitabili ma necessarie alla crescita della mia Coscienza evolutiva. Noi tutti viviamo ordinariamente nella Dualità, ovvero in quel laboratorio del nostro divenire ove sta la percezione del bene e del male. Il piacere è positivo, il dolore è negativo. Questa è la comune distinzione che viene accettata generalmente dall'essere umano. Il mio percorso di crescita spirituale è iniziato sin da bambina quando all'età di 7 anni, per la malattia di mia madre, sono dovuta andare in collegio di suore dove ci sono rimasta sino all'età di 14 anni. Da sempre mi sono posta domande sul dolore, sulla morte, sulla

vita e sullo scopo della stessa. Ho avuto molte esperienze di sensitività, da sogni premonitori a fenomeni di chiaroveggenza di vario tipo, compreso uscite fuori dal corpo, ma ciò che veramente ha segnato la mia vita sono stati gli eventi che si sono susseguiti incessantemente, subendo perdite di beni materiali e distacchi affettivi. Ma proprio attraverso questa strada il mio sentiero spirituale ha potuto evolversi ed operare il mio ''*Risveglio*''. Dopo una serie di grosse prove che ho dovuto affrontare e superare oggi sono molto" grata" al mio spinoso passato perché mi ha consentito di abbandonare "forzatamente" tutto ciò che credevo fosse sinonimo di felicità, comprendendo il vero valore del distacco e soprattutto il vero Senso della vita: ''Non si può dare agli altri se non si è liberi dalle proprie preoccupazioni''. Per questi motivi sono riuscita ad amare chi mi ha procurato dolore comprendendo il vero senso del Perdono, liberandomi dal fardello dell'odio che incatena all'infinito . Affermare di sapere cosa sia giusto e

cosa sia sbagliato è soltanto una convenzione. Siamo noi ad aver "convenuto" con noi stessi ciò che è bene e ciò che è male ! L'antica tradizione indiana, fonte di saggezza vedica, cui sono approdata e che mi ha tolto il velo dell'ignoranza, mi ha chiarito questa interpretazione delle cose umane definendo con il termine "***Maya***" ciò che offusca la visione della realtà. Ovvero l'illusione, che rende credibile quello che in verità è solo un sogno. Maya è il gioco della Creazione, la riflessione speculare del bianco e del nero, del bello e del brutto, del positivo e del negativo; salvo poi accorgersi che non esiste distinzione, che ***Tutto è parte dell'Uno***, Infinito. Questo atteggiamento "interiore", cioè quello di entrare in un campo visivo di assoluta neutralità, senza giudizio, restando in uno stato di ricettività assoluta, mi ha condotto al risveglio della consapevolezza, dote insita nella nostra natura umana, oltreché divina, permettendomi di ampliare il mio orizzonte in quest'ottica a tutto tondo, ed in maniera stupefacente a fare delle

scoperte inaspettate ed avvincenti. Ho capito che il concetto di "***Verità***" trova la sua connotazione nell'integrazione degli opposti e non separando gli stessi, in modo che ciò che può sembrare negativo può essere positivo, e viceversa. Avendo raggiunto le soglie della terza età, ho ritenuto che il bilancio fosse abbastanza maturo per raccoglierne i frutti ed offrirli con Amore al lettore affinché questi potesse Realizzare il proprio Sé: "***lo specchio dell'anima***" e riconoscere quel filo conduttore che fa da collante tra la logica del "Creato" e la sua esistenza, traendone un utile insegnamento ed un motivo di speranza. Dedico, quindi, questa analisi delle "prove" da me affrontate a chi ancora vive nel mare delle incertezze, affinché' i conti possano tornare ai miseri occhi umani che non riescono a vedere al di là della sfera sensoriale

"Ama la vita più della sua logica, solo allora ne capirai il senso". (Ëdor Dostoevskij)

In copertina è raffigurato lo Specchio dell'Anima, inciso da Lorenzo Ostuni

Significato simbolico dello Specchio

Questa incisione a diamante su specchio mi sorse nella mente alcuni anni addietro, durante un'emozionante visita a Castel del Monte, misterioso edificio a pianta ottagonale risalente a Federico II di Svevia. L'enigmaticità di quell'inimitabile maniero bombardava senza tregua la mia attenzione e la mia ricerca, sfidandomi a trovare una chiave interpretativa e a dare un senso a quella inspiegata architettura. Arrivai a pensare che lo stesso Federico avesse concepito Castel del Monte (Andria, Bari) per tramandare ai posteri un rebus architettonico effettivamente non risolvibile, una sfida costituita di indecifrabilità della costruzione e di indecisibilità funzionale dell'austero edificio. Mi si formò nella mente una Chiave Spiraleggiante formata di Cento Simboli Magico-Animistici capaci di decantare quella emblematica ottagonalità tetragona ad ogni comprensione

funzionale. Immaginai che avrei inciso a diamante un grande specchio di 130 cm di diametro, contenente forme cosmologiche e antropologiche lungo una spirale centrifuga destrogira, iniziante con un ideogramma cinese dal significato di Eternità e terminante con un semplice Punto. In mezzo la storia simbolica dell'Anima Individuale in marcia verso l'Anima Mundi. Quello specchio doveva apparire come una macrocellula capace di contenere ogni altra unità vivente microcosmica. Un Macrocosmo contenente illimitati Microcosmi poteva secondo la mia ipotesi decodificare l'enigma di Castel del Monte e restituirlo illeso ad una possibile interpretazione della Modernità.
Questo ne è il risultato, dopo due anni di lavoro incisorio. E lo offro volentieri a Gabriella Lavorgna, autrice del libro ”Lo specchio dell’anima”.

PRESENTAZIONE

Paolo Musumeci (giornalista - Responsabile Servizi Speciali Rai-Tv)

Immergersi nella lettura di questo libro, che partendo da uno dei principali momenti della vita comune a tutti gli esseri umani, quale è quello dell'Amicizia arriva, attraverso dieci punti chiave insiti nella vita di ciascuno di noi, a delle conclusioni universali, colpisce non poco il lettore che mai si sarebbe atteso di trovarsi di fronte ad un altro essere umano con il proprio cuore in mano pronto a svelargli la propria vita.

Una vita sofferta, quella dell'autrice del libro, dalla quale Lei stessa ha saputo raccogliere e raccontare quanto occorsoLe nel volgere di momenti ed attimi cupi e profondamente terribili ove il suo cuore poteva cedere, ma che in virtù di quel qualcosa che nell'essere umano si insinua sin dalla nascita Le ha dato, per contro, la forza di proseguire la strada della propria vita e la

possibilità di rinascere sempre e di poter ricominciare superando, con l'eccezionale volontà di guarigione, le pesanti realtà di una vita non certo avara di terribili ed imprevisti ostacoli.
Nello scorrere le pagine intrise di amare lacrime, ma piene di amore verso la vita che corre, esalta il lettore, e penso che ciò oggi, non di meno, deve esaltare colei che ha scritto questo libro in quanto ha saputo cogliere e riportare in queste pagine i vari stati del suo animo e del suo dolore nel loro divenire. Ritengo che sia giusto da parte di chiunque profondere rispetto ed amore verso una creatura umana, sensibile e fantastica, quale essa ha dimostrato di essere, per quel suo eccezionale cuore. Non voglio, certo, tralasciare di ricordare l'importanza avuta dall' aiuto profusoLe da un ineguagliabile e fantastico Maestro Spirituale indiano, quale è stato per Lei, Sai Baba.
Un Uomo che, su questa terra, ha permesso all'autrice di questo scritto di poter affrontare, con l'esempio datole, (di dedizione ed Amore Universale per ogni Essere del Creato) ogni

avversità, ogni cambiamento che ha caratterizzato in ogni momento la sua vita, con la conseguente cognizione di poter sempre rinascere e soprattutto di poter accedere sempre più alla parte più profonda di se stessa.
Ritengo opportuno, quindi, dedicare queste poche righe di presentazione al cuore dell'autrice di "***Lo specchio dell'Anima***" ed al suo Maestro Sai Baba, righe che non vogliono in alcun modo entrare nel contenuto del libro stesso, ma sollecitare quanti si avvicinano alla lettura dello stesso, ad una attenta e proficua analisi di quanto spontaneamente e senza forzature è sgorgato, con un linguaggio semplice e sincero, dal non certo arido, ma fantastico cuore dell' autrice!
È, altresì, doveroso sottolineare quanto la Lavorgna abbia raccolto, seguendo con amore, parola dopo parola, carezza dopo carezza, l'insegnamento profusoLe dal suo Maestro Sai Baba in quell'India, che così tanto e giustamente Lei ha amato ed ama e dalla quale echeggia e si diffonde nel mondo intero la parola di Sai Baba:

"esiste un solo linguaggio quello del cuore, esiste una sola casta quella dell'Umanità, esiste un solo Dio che è dappertutto ! ***"Esiste una sola Religione quella dell'Amore****."*

Nel concludere desidero esprimere il mio grazie all'autrice di questo libro non solo per avermi dato l'opportunità di rivederLe e chiosare questo suo scritto, fatto che è stato per me una grande lezione di vita, ma soprattutto per aver confidato nel mio operato stante la profonda, sincera ed ineguagliabile fraterna amicizia che da quarant'anni esiste tra noi !

In questo cammino……

Ho imparato... Tutto dalla vita...
Ho imparato... che quando serbi rancore e amarezza …la felicità va da un'altra parte.
Ho imparato... che le opportunità non vanno mai perse; quelle che lasci andare tu... se le prende qualcun altro.

Ho imparato... che le buone azioni sono meglio di un conto in banca ...ti ripagano sempre…e con gli interessi..!

Ho imparato... Il valore di un sorriso, non costa nulla, e serve a migliorare la qualità' della vita,…quella tua e quella degli altri;

Ho imparato ad asciugare le mie lacrime.... piuttosto che versarle per chi non merita!...

Ho imparato... che i figli non ci appartengono ... pur avendogli donato la vita!...

Ho imparato... che tutti vogliono vivere in cima alla montagna... ma che la felicità e la crescita avvengono mentre la scali...!

Ho imparato... che bisogna godersi le emozioni del viaggio...attimo per attimo... e non pensare solo alla meta!..

*Ho imparato che la felicità è" **trovare la forza nel perdono, la speranze nelle battaglie, la sicurezza nella paura, l'amore nei distacchi.***

Ho imparato... che non occorre dar consigli non richiesti... a chi sa sbagliare da sè.....!

Ho imparato a conoscere la solitudine.... definendola un male dell'anima....
e ad amare i suoi lunghi e loquaci silenzi....ascoltando la voce del cuore....!
Ho imparato a non giudicare ....perché in ogni Essere umano c'è un riflesso in cui specchiarsi.... considerando che il "Tutto ".... è parte di un unico sistema!....
Ho imparato a non soffrire per Amore.... ma ad accettare il sapore della sconfitta e quello della vittoria....come facce di un'unica medaglia.....perchè il verso glielo ho dato io !....
Ho imparato....a non sprecare il tempo nè energia per cose inutili.....utilizzando al meglio gli stessi.... per raggiungere gli scopi prefissi;
E infine ho imparato a non chiedere.... perché credo che la vita possa comunque regalarmi ciò che desidero..... per meriti speciali..

CAP. 1- L' AMICIZIA

L’Amicizia ha sempre avuto, nella mia vita, un valore molto importante e di “esso” non saprei proprio fare a meno. È una necessità vitale, quella di voler dare ed esprimere Amore incondizionato, ma quanti interrogativi sono sorti e soprattutto dubbi, seguiti da amare e cocenti delusioni, per aver attribuito impropriamente a questo o a quel nome un’affrettata considerazione, credendo fosse la giusta corresponsione, senza averne valutato attentamente i requisiti o i presupposti di base..!.. L'uomo è un animale sociale e l’amicizia è un legame profondo e confidenziale che unisce due o più persone, con le quali si crea una perfetta sintonia e che si completano nella condivisione di pensieri ed azioni, permeate da sincerità, comprensione e reciproca complicità. Se c’è sincronicità di intenti anche il silenzio diventa loquace, fungendo da ponte tra interlocutori in connessione. Questo tema, dunque, fin
dall’antichità è stato occasione di riflessione, tanto che molti letterati e artisti trassero

ispirazione proprio da essa.
Nel mondo romano-repubblicano, Cicerone, nell'opera intitolata "*De amicitia*", afferma che la vita non è tale senza amicizia e che l'uomo, in quanto essere vivente, senza di essa non ha alcuna condizione di libertà.
Un'affermazione questa da condividere pienamente in quanto retta da principi solidi e che esprime verità.
Infatti l'uomo che non gode della vera amicizia diventa introverso e schiavo delle sue angosce e paure, vivendo in una perenne disperazione. La cosa più importante in un rapporto di amicizia, ritengo sia il rispetto unito naturalmente alla sincerità, alla comprensione ed alla reciproca complicità. Un amico è colui che non giudica, che non accetta i condizionamenti di ciò che si è. È la persona più adatta nel raccogliere ansie, momenti bui, e tutto ciò che precipita addosso ad una persona, condividendone gioie e dolori, in una relazione *compassionevole* (dal latino "Cum-patere" soffrire insieme), che si instaura "**Da**

cuore a cuore" ! Quando c'è la capacità di rapportarsi l'un l'altro senza interesse, senza emettere alcun giudizio, senza avere alcun preconcetto, senza alcun tornaconto personale allora ecco che si ha un'autentica, vera Amicizia. L'amicizia non è possesso, è condivisione.
Non è obbligo ma il piacere di scegliersi ogni volta. È capire i silenzi, i bronci e gli stati d'animo senza sentirsi offesi…. È non essere invidiosi né gelosi, è accogliere senza giudicare e lasciare andare senza trattenere. L'amicizia non si compra, non si vende e non si pesa, ma si merita. ***Amicizia è amore senza condizione***, a volte nasce e vive e a volte muore senza un perché. È un bene prezioso e va seminato giorno dopo giorno e non va sostituito nemmeno dall'Amore. L'Amicizia autentica, molto spesso, può non durare perché è finalizzata, in una fase della nostra Vita, a farci capire un qualcosa, a stimolare in noi delle problematiche che sono di quel periodo, di quel momento. Successivamente quest'Amicizia vera, autentica, profonda può anche finire, ma non

lascerà mai un vuoto, perché avrà adempiuto a ciò per cui essa era nata. È stata un'Amicizia vissuta perché, attraverso di essa, noi abbiamo potuto mettere a punto parametri che la nostra Energia aveva la necessità di stabilizzare. Il processo è, comunque, controvertibile, potremmo essere noi gli strumenti utili alle crescite coscienziali di coloro che ruotano intorno alla nostra sfera delle Amicizie.
Le prime amicizie si creano tra i banchi di scuola, dove si cominciano a conoscere anche le contrarietà derivanti da scaramucce, invidie, gelosie, dispetti e pettegolezzi ed il concetto del perdono lascia il posto alla vendetta per la rivalità che soppianta l'Amicizia.
Il mio carattere estroverso ed altruista non ha mai avuto difficoltà negli approcci e nell'interloquire con i miei simili, suscitando per certi versi ammirazione e sentimenti di cameratismo, per essere sempre stata disponibile nel dare più che nel ricevere, nell'ascoltare più che nel chiedere, ma che dire dell'altra faccia

della medaglia ? Essa è stata nel tempo costellata da una serie di "Pulcinella", che alternativamente hanno cambiato la propria maschera esclusivamente per fini opportunistici ! Per non dire delle gelosie e delle invidie che si possono scatenare da pseudo amicizie ! Sì che brutta bestia è l'Invidia, la più degradante delle emozioni negative che non a caso fa parte dei sette vizi capitali.
Diceva Voltaire: *"**l'invidia è l'inizio del proprio fallimento**"*. Ed è proprio vero poiché essa è il fallimento completo per aver indirizzato e sprecato la propria energia mentale e fisica agendo in modo negativo invece di guardare alle crescite altrui come stimolo per migliorare le proprie opportunità di crescita o modelli da imitare.
I veri amici li ho trovati nel momento del bisogno
Anche se vale un vecchio proverbio romanesco che dice *"**l'amici so pè ride**…"*, ma è pur vero che, alla resa dei conti, proprio in certi frangenti, sono venute a galla le sorprese della verità !

Come fantasmi, ecco che cento o più "indirizzi" viventi, evidenziati in rosso sull'agenda, scompaiono, svaniscono nel nulla e di essi non ne rimane più alcuna traccia ! Con essi non sembra vi sia stato mai alcun rapporto ! Vale ricordare, secondo un detto popolare, che "*il sacco, quando è stato svuotato, non ha più nulla di appetibile da offrire e, se non c'è più nulla da spolpare, l'osso perde il suo sapore.*"

Ma in certe occasioni, inaspettatamente, la legge del "**Karma"** mi ha lanciato continue ancore di salvezza, con aiuti insperati, provenienti non dagli "amici" in cui avevo creduto, ma da persone conosciute casualmente. ***Parlare di Karma,*** per noi occidentali, è difficile ! La sua radice etimologica, deriva dal sanscrito e significa "azione". È un termine che proviene da culture orientali spirituali molto lontane e che ho appreso nel corso dei miei numerosi viaggi nel subcontinente indiano, cui ha fatto seguito una consistente elaborazione di questo concetto, come faro illuminante e chiave di lettura, per

comprendere come sia il destino umano subordinato a questa legge dell'Universo che fornisce elementi di equità e di giustizia a tutti gli esseri viventi perché il **Karma** rappresenta *il destino, il bagaglio di vite passate, le conseguenze di ciò che abbiamo creato o distrutto in vite precedenti.*
Le azioni compiute nel passato provocano in questa vita e provocheranno nelle vite successive, determinate reazioni. Sono reazioni che possono presentarsi nella vita di ciascun essere umano, dapprima in veste di pura "casualità", e successivamente si modificano in "sincronicità" di eventi consequenziali. Tutto ciò diviene preponderante rispetto a quanto viene pianificato per la realizzazione degli obiettivi prefissati. Non ci si può sottrarre all'imponderabile e a tutto ciò che ci si frappone nel percorso che è stato tracciato, quali, ad esempio, ostacoli fuorvianti dalle nostre aspettative poiché, in quest'ottica, è ***la vita che sceglie per Te*** **!** Nella stessa misura, però, è presente la legge del **Dharma** che, in un certo qual modo, ripaga i debiti del **Karma**,

compiendo, in modo inatteso, buone azioni ***per liberarsi dal dolore e della sofferenza***, a mezzo del libero arbitrio che può deviare o modificare il tracciato del proprio destino.
Quando in un'Amicizia comincia ad incrinarsi qualcosa e non c'è più una perfetta sintonia, è il momento di capire che quell'Amicizia ha costituito un nodo karmico che via via si è dissolto, poiché esso è stato lo strumento per assolvere un compito e fornire a noi quel qualcosa di necessario alla nostra crescita evolutiva ! È a questo punto che va fatta una riflessione su ciò che è cambiato e, soprattutto, come noi siamo cambiati ed avere il coraggio di superare il momento vissuto e… passare oltre. Il modo più saggio per chiudere un'Amicizia è quello di fare una profonda riflessione sul significato che essa ha avuto per noi, senza recriminare o incolpare e soprattutto senza sentirci traditi, ma comprendendo semplicemente che se qualcosa non va più è perché siamo noi che siamo cambiati.

Non è giusto attribuire all'altra persona la responsabilità delle incrinature che si verificano in un'amicizia, noi non dobbiamo e non possiamo pensare in questa maniera perché l'altra persona può essere rimasta tale e quale mantenendo sempre le stesse caratteristiche di quando l'abbiamo conosciuta e restare sempre se stessa, mentre siamo noi a percepirla in altro modo: non la scusiamo più ! cominciamo a giudicarla ! i suoi modi di essere, che a noi sembravano diversi nel vedere la Vita, ci danno fastidio ! Ma perché accade questo ? Perché dentro di noi quella vibrazione che ci aveva permesso di attirare e di dar vita a quell'Amicizia si è esaurita e non serve più al nostro percorso di crescita.

Gli antichi Esseni forse identificarono meglio di chiunque altro il ruolo dei rapporti umani, riuscendo a dividerli in categorie, distinguendoli in sette misteri, corrispondenti a vari tipi di rapporto, che ciascun essere umano avrebbe sperimentato nel corso della sua vita di relazione. Tali misteri vennero definiti dagli

Esseni "***Specchi***". Sono essi a farci ricordare che, in ogni momento della vita, la nostra realtà interiore ci viene rispecchiata dalle azioni, dalle scelte e dal linguaggio di coloro che ci circondano. Da quanto ci tramandano gli Esseni il settimo mistero dei rapporti umani o settimo specchio è il più sottile e, per alcuni versi, anche il più difficile. Esso è lo specchio che ci chiede di ammettere la possibilità che ciascuna esperienza di vita, a prescindere dai suoi risultati, è di per sé perfetta e naturale. A parte il fatto che si possa riuscire o meno a raggiungere gli alti traguardi che sono stati stabiliti per noi da altri, veniamo invitati a guardare i nostri successi nella vita senza paragonarli a niente. Senza usare riferimenti esterni di alcun genere. Il solo modo in cui riusciamo a vederci sotto la luce del successo o del fallimento è quando misuriamo i nostri risultati, facendo uso di un metro esterno. Ed a questo punto ci si pone la domanda: "*A quale modello ci stiamo rifacendo per misurare i nostri risultati? Quale metro usiamo?"*. Nella prospettiva

di questo specchio ci viene chiesto di ammettere la possibilità che ogni aspetto della nostra vita personale – qualsiasi aspetto - sia perfetto così com'è, dalla forma e peso del nostro corpo ai nostri risultati in ambito accademico, aziendale o sportivo. Ci renderemo conto, quindi, che, in effetti, questo è vero e che un risultato può essere sottoposto a giudizio solo quando viene paragonato ad un riferimento esterno. Eccoci, dunque, ad invitare noi stessi ad essere il solo punto di riferimento per i risultati che raggiungiamo.

Nei miei contatti di studio e di ricerca ho avuto modo di conoscere ***Gregg Braden,*** scienziato americano, ricercatore spirituale, autore di vari libri quali: "***Il codice della Vita***" e " ***Risvegliarsi al punto zero"*** ed, al tempo stesso, precursore nel coniugare le scoperte scientifiche della società contemporanea con la saggezza di antichi maestri spirituali. Braden è stato, tra l'altro, colui che ha riportato alla luce testi sacri non conosciuti o smarriti nel corso della storia, divulgando

tematiche tese a risvegliare la consapevolezza per lo sviluppo di una cultura di Pace condividendone con grande apprezzamento i suoi contenuti, ispirati a dottrine Essene. Inoltre, riferendosi al linguaggio delle emozioni, provenienti dalla sfera affettiva, Braden ha potuto affermare scientificamente come la materia risulti influenzabile a seconda delle vibrazioni positive o negative che riceve.
Egli ha anche aggiunto che gli Esseri viventi, in quanto costituiti da "***energia***", quindi generatori di onde elettromagnetiche, sono collegati tra loro in vibrazione sincronica, il cui collante è determinato dalla "***coscienza***", e solo cambiando i propri modelli comportamentali si può modificare il proprio DNA perché la Creazione risponde al modo del sentire umano. Braden ha anche rilevato e messo in risalto come ***emozione, pensiero e sentimento, in connessione tra mente e spirito,*** siano le chiavi essenziali per produrre effetti alchemici sulla materia.
Quando in un rapporto si rompe qualcosa, si

pensa subito a riparare quella spaccatura. Questo è quello che ci hanno sempre detto, non è vero?
Ma, cosa succede se riparare non è la soluzione giusta? E se fosse meglio lasciare andare quella persona, specialmente se non vuole più far parte della tua vita, magari per andare incontro ad un rapporto migliore e più gratificante?
Lasciare andare le persone a cui vogliamo bene può essere molto difficile, cerchiamo così disperatamente di aggrapparci alle cose anche quando non fanno più parte della nostra vita.
Perdere le persone a cui vogliamo bene è una parte naturale del nostro percorso, ma il più delle volte non pensiamo a noi e ci concentriamo su di loro, facciamo di tutto per rinsaldare un rapporto, anche quando in risposta, riceviamo solo rifiuto.
Siamo consapevoli che comportandoci in questo modo, non stiamo riconoscendo il proprio valore?
Ogni Amicizia, ogni rapporto rappresentano una crescita. Invece di tenere il lutto per le persone che non sono più presenti nella nostra vita, credo

sia meglio celebrare quelle che ci stanno vicino, che credono in noi e che hanno imparato a mettere da parte il loro orgoglio. E noi fare altrettanto con loro.

La perdita può essere uno dei sentimenti più dolorosi da sopportare ma nel corso del tempo, il dolore diminuisce e gli occhi si aprono al fatto che non abbiamo effettivamente più bisogno di quella persona.

Potrebbe non sembrare al momento, ma anche se si crede di aver perso qualcosa di buono nella propria vita, sarà molto facile che presto potremmo attirare un rapporto ancora migliore del precedente.

Noi, come individui, abbiamo la capacità mentale di giudicare chi ha un impatto positivo sulla nostra vita, il che significa che qualcuno può essere definito solo come una perdita se lo consapevolizziamo.

Indipendentemente dalle circostanze, tutto accade per una ragione. Anche se potrebbe non sembrare al momento, c'è una spiegazione sul

motivo per cui quella persona non è più nella nostra vita.
Potrebbe portare tristezza, dolore e rimpianto, ma ogni perdita ci porta ad un viaggio che ci rende più forti.
Raccogliere i pezzi, piantando un sorriso sui nostri volti e trovare conforto nel fatto che le cose andranno meglio è il primo passo verso l'apprendimento per essere veramente felici da soli. Quindi, a cosa ci serve sprecare tempo ed energie per persone che non vogliono più fare parte della nostra vita?
Se qualcuno arricchisce le altrui esperienze e ne plasma le memorie, è degno del suo tempo. E se questo non succede? Così sia. Bisogna smettere di cercare di forzare le cose perché si ha paura di rimanere solo. Smettere di aggrapparsi alle vane speranze solo perché non si ha il ricordo di se stessi senza quella persona e infine, smettere di preoccuparsi e continuare a pensare che le cose alla fine andranno a posto. Se le cose non vanno bene, non è la fine.

Tu sei tu, indipendentemente da chi ti sta vicino.
Se qualcuno non ci tratta come ci meritiamo, non dovremmo accettare il suo comportamento solo perché è quello che pensiamo di meritarci. Noi non dobbiamo mai accontentarci.
Alcune persone hanno la malsana abitudine di fare del male a chi gli sta accanto, ma possiamo scegliere di non cadere vittima di questo, e noi altrettanto, dobbiamo essere coerenti con le parole che diciamo, sempre.
I nostri corpi assorbono le vibrazioni, e se qualcosa di profondo dentro di noi ci dice che qualcosa non va su una situazione o su una persona, dobbiamo fidarci. Agendo sull'istinto e sull'intuizione invece che sulle emozioni di persuasione. Questo è il modo migliore per decidere chi può rimanere e chi deve andare.
Mentre è difficile accettare che non tutti coloro che entrano nella nostra vita sono destinati a rimanerci, noi come esseri umani siamo predisposti per interagire sempre con nuove persone, per esplorare, scoprire, per crescere, e

tutto questo non può essere frenato da persone che non hanno la nostra stessa capacità.
Così, quando sentiamo che stiamo cadendo a pezzi, abbiamo bisogno di ricordare a noi stessi come quella persona ci ha fatto sentire. Non quando eravamo ingenuamente contenti, ma quando eravamo dolorosamente tristi e amaramente confusi.
La vita è troppo breve per essere vissuta con tristezza, rabbia, rammarico, sensi di colpa e tutte quelle credenze e convinzioni limitanti che ci portiamo dietro. Abbiamo bisogno di imparare a circondarci di persone che ci fanno crescere, che ci fanno stare bene, che ci amano per quelli che siamo, senza il bisogno di indossare inutili maschere. Ma se questo non avviene, sarebbe meglio lasciarli andare.
Non serve sentirsi in colpa quando si allontana una persona "tossica" dalla propria vita.
Nessuno ha il diritto di infettarci con negatività e dubbi. Verrà un punto nella vita in cui ci si stanchera' di dover provare a se stessi di essere in

grado di sistemare sempre le cose.
Questo non è rinunciare; è rendersi conto che ci meritiamo di più.

Continuando a sfogliare le pagine del libro, in cui ho confinato il mio percorso di vita, emerge un altro aspetto molto ricorrente, quello dell'*Ingratitudine* umana, da attribuire anch'essa al ***gioco degli specchi Esseni***. Per "ingratitudine" intendo tutte quelle circostanze in cui la persona cui si è fatto del bene senza pretendere nulla in cambio, non solo non è riconoscente, ma addirittura diventa negativa ricambiando il tutto con azioni malevole e disdicevoli. Spesso succede che persone, dopo aver chiesto aiuto, vengano colte da un profondo disagio, ***una malattia dell'anima***, che, per un senso di inferiorità e di invidia verso il proprio benefattore, le porta a cancellare l'azione benefica ricevuta, reagendo con il rifiuto di ogni dipendenza affettiva. ''***L'ingratitudine è più forte della misericordia divina***'', affermava Leopardi. Nella tragedia di Re Lear, Shakespeare, profondo conoscitore

dell'animo umano, non perde occasione per sottolineare questo inviso sentimento. Chi cerca amici veri è destinato a non trovarli e a rimanere da solo, a meno che non si accettino i compromessi. Una poesia di Trilussa esprime chiaramente questo concetto. Essa dice:
La Tartaruga aveva chiesto a Giove:

- Vojo una casa piccola, in maniera che
c'entri solo qualche amica vera,
che sia sincera e me ne dia le prove.
-Te lo prometto e basta la parola:
-rispose Giove -ma sarai costretta
a vive in una casa così stretta
che c'entrerai tu sola

E ancora**,** ***Gibran*** ne "Il Profeta" scrive: "*Amico mio, tu e io rimarremo estranei alla vita, e l'uno all'altro, e ognuno a se stesso, fino al giorno in cui tu parlerai ed io ti ascolterò, ritenendo che la tua voce sia la mia voce: e quando starò ritto dinanzi a te pensando di star ritto dinanzi ad uno* ***Specchio****".*

CAP 2) LE PERDITE

Dalla nascita alla morte i test di prova più crudeli che la vita possa riservare sono il susseguirsi di perdite. Sfogliando le pagine del libro della mia vita e rileggendo ed analizzando i contenuti del vissuto familiare, scolastico, affettivo, sociale e professionale ecco apparire ai miei occhi, netta e dettagliata, una mappa di eventi traumatici, di sconfitte, di fallimenti, di ferite e di cordogli che hanno tracciato un profondo solco lungo tutto il percorso della mia esistenza. Si tratta, in tutti i casi, di ***"perdite"*** che ho inserito, quali tasselli del mosaico raffigurante la mia vita, ben differenziato con i suoi colori per le diverse situazioni che si sono presentate di volta in volta. Situazioni che ho accomunato, per la loro intensità psicosomatica ed emozionale, e collocato nella casella comunemente chiamata: ***sentimento del dolore e della sofferenza***.

Perdite affettive, quali la morte dei propri genitori, l'esperienza della separazione dall'Essere amato, il distacco da un figlio, o anche di un animale

domestico. E che dire del tradimento di un amico o peggio ancora di una persona del tuo sangue….o ancor più il distacco da qualcuno che per noi, per un determinato tempo, ha avuto un senso, un significato profondo, fino a giungere a quell'abbandono più che distacco, pieno di incredulità, da chi, per lungo tempo, ha sostenuto con continuità le nostre insufficienze esprimendo ora la forza dei sentimenti ora la caducità degli stessi?

D'altra parte il sentimento della perdita è universale. "Le perdite sono le ombre di tutti i possessi, materiali e non". Così come sappiamo che la nostra ombra, pur affiancando costantemente il nostro corpo, prima o poi ci dovrà lasciare, abbiamo anche la certezza che prima o poi dovremo, inevitabilmente, perdere qualcuno, qualcosa, un progetto. Tale sensazione non è un qualcosa di opzionale nella nostra vita ma ne è parte integrante e si rivela essere un qualcosa anche nel suo opposto, che è in grado di darle un senso e valore. Quanta verità si riscontra nell'antico proverbio

''Necessita' fa virtu' e che grande insegnamento puo' derivare dalla prova di una perdita subita.
La "***perdita di un figlio***", è una delle prove più laceranti che provoca un dolore incommensurabile, sia che avvenga per privazione della vita, il cui evento è attribuibile esclusivamente ad un destino crudele, al quale, seppur faticosamente, ci si può rassegnare per la sua imponderabilità, sia che esso venga strappato proditoriamente dall'altro genitore per soddisfare un sentimento esclusivo ed egoistico a danno dell'altro.
I figli, ai quali abbiamo dato la vita, non ci appartengono, come afferma Gibran, anzi ci sono stati dati in prestito dalla "bontà celeste", ma come riuscire ad ingoiare un simile "***rospo spinoso***" quando viene a mancare un così prezioso "soggetto" ? Un soggetto così importante ed insostituibile, acquisito per naturale diritto di possesso, sul quale, oltre tutto, sono stati costruiti gli anelli mancanti alle proprie realizzazioni o alle proprie dipendenze affettive e quindi di fronte a ciò come non ribellarsi ?

Ho cominciato presto a peregrinare in questi tortuosi sentieri ! Ricordo quando ancora bambina ho dovuto piegare la testa quale nolente accettazione di andare in collegio, assaporando l'amaro calice dell'abbandono, dovuto alla ***Perdita del calore familiare***, o quando ancora sono dovuta soccombere nell'affrontare il distacco dalla figlia, nella sua scelta decisionale di andare a vivere con suo padre ! Nel susseguirsi di successivi accadimenti ricordo, con profondo dolore, tutte le volte che ho dovuto traversare il mare delle tempeste più impetuose, che hanno sconvolto la mia stabilità emotiva, costruita su "fragili" certezze.
La corsa ad ostacoli si è presentata, in tutte le sue molteplici diversificazioni, a scadenze alternate, sempre irta e paludosa, ma alla fine del tunnel, sempre pronta ad attendermi, a porte spalancate, ho trovato una luce sfolgorante, dissipatrice delle mie tenebre, che diradandole facesse sì che in me si potesse riaccendere la luce della speranza.

Ma cos'è la speranza?
È la spinta vitale, è il motore d'avviamento che ravviva il grigiore dell'esistenza, è l'arcobaleno che compare nel corso di una giornata uggiosa in cui tutto sembra essere pervaso da una tensione piena di attese ! È quello il momento nel quale si guarda, con occhi diversi, verso un futuro con la fiducia che esso si realizzerà e verso il quale viene riposta la pazienza e la perseveranza dell' attesa.
Illusione o un senso di realtà ?
A condurre questo dilemma è la ***visione dualistica***, e fintanto che permane questo convincimento che presuppone sinonimi e contrari, non sussiste alternativa. Eppure la risposta l'ho trovata nell'ottica senza confini della ***visione olografica dell'Universo***. Come sostenuto dalle religioni e dalle filosofie orientali, ***il mondo materiale è una illusione.*** Noi stessi pensiamo di essere entità fisiche che si muovono in un mondo fisico, ma tutto questo è pura illusione. In realtà siamo una sorta di "ricevitori" che galleggiano in un caleido-

scopico mare di frequenze e ciò che ne estraiamo lo trasformiamo magicamente in realtà fisica.
La nascita in un corpo umano limita la visione di ***DIO*** e dei suoi segreti perché l'Essere è imprigionato nella trappola dei sensi. Per comprendere il linguaggio del creato si deve trascendere la ragione e parlare il linguaggio dello spirito. ***Schopenhauer,*** **nel** riprendere la distinzione kantiana tra ***fenomeno e noumeno***, apportandone le dovute rivisitazioni, affermava che il fenomeno è qualcosa di illusorio, paragonabile al "velo di Maya", che copre la vera essenza delle cose, mentre il noumeno è una realtà che si nasconde dietro l'ingannevole manifestazione**,** rispecchiando il pensiero filosofico indiano, del quale ho la piena, totale convinzione. ***Il mondo fenomenico è il prodotto della nostra coscienza***, che in stati multidimensionali genera l'esperienza, mentre il noumeno è il fondamento, l' essenza vera della creazione. Tra noi e la vera realtà è come se vi fosse uno schermo che ce la fa vedere distorta e

non come essa è veramente. Per poter giungere alla realtà noumenica, quella vera, non si può quindi percorrere la strada della conoscenza razionale, visto che è relegata alla sfera della rappresentazione che, in base al quadruplice principio di ragion sufficiente, ci mostrerà sempre un mondo totalmente determinato.
Nel nostro Sé interiore c'è il potere alchemico che dà forza alla vita, la pura essenza che non ha bisogno d'identificarsi con la materia e le emozioni, che ha la possibilità di rinascere, di ricominciare in ogni momento dall'inizio, ed attingere al potere di guarigione, che è connesso con tutto l'Universo, tramite l'apertura del cuore. Abbiamo la possibilità di affrontare ogni perdita, piccola o grande che sia, con la cognizione che è necessario accedere alla parte più profonda per poter rinascere.

CAP 3) LE RINUNCE, I DESIDERI

La vita si sa è, di per sé, fatta di scelte, di sfide, di battaglie, di gioie, di dolori e non ultimo di **ri-**

nunce che, nel bagaglio esperienziale di questo mio pellegrinaggio terreno, hanno avuto un gran peso !
Peso da non sottovalutare, perchè esse tutte hanno corrisposto al crollo dei sogni e dei castelli non realizzati ! ***Rinunciare*** significa privarsi di qualcosa che per noi riveste molta importanza, ***rinunciare*** è il dover fare a meno di qualcuno o qualcosa che si desidera o che si possiede, ***rinunciare*** è anche il desistere dal compiere un'azione buona o cattiva che sia. Spesso la ***rinuncia*** non dipende dalla nostra volontà, ma può essere imposta da un qualcuno che ha potere di gestione sulle nostre scelte, ad esempio un genitore nel ruolo educativo, un superiore in campo scolastico o professionale, un Amore dominato dal senso del possesso. Tutto ciò sfocia in un senso di frustrazione, dettato dal non aver potuto raggiungere la meta dell'obiettivo prefissato. Ciascuna rinuncia, non spontanea, provoca dolore, sofferenza, rabbia, umiliazione e la forzata ingestione del boccone amaro, per la privazione subìta, genera

gelosie ed invidie verso chi possiede ciò che non ti è stato permesso di avere, mentre la stessa azione può diventare in qualche modo accettabile quando si basa sul presupposto di ottenere in cambio qualcosa o subito od in prospettiva.
Le tipologie sono differenziate sia che tocchino la sfera socio-affettiva che quella materiale, come la rinuncia alle amicizie, ai beni materiali, a se stessi, all'Amore, alla libertà e a tutte le azioni comunque relegate alla coscienza dell'ego, come illusoria percezione di un sé. Quando l'Io è sospinto dall' impulso di voler realizzare a tutti i costi qualcosa che possa essere gratificante per l'affermazione della propria personalità, molte componenti, soprattutto di ordine morale, vengono poste in gioco, specie quando si perseguono fini puramente egoistici. ***Per giungere al cambiamento*** ed esserne i protagonisti occorre tener presente due fondamentali passi, applicando le strategie della mente e saperle indirizzare: 1'passo - ***Importanza della Consapevolezza***: riconoscere la paura che è dentro di noi per poterla finalmente

affrontare-2 il secondo passo: ***la Comprensione***, perché le nostre paure non sono reali. È davvero importante capire se vogliamo raggiungere il cambiamento che ci condurra' al successo, che tutto quello che crediamo sia negativo è solo elaborazione della mente, partorita dalla nostra ombra, ed è assolutamente falso! Tutte queste cose sono solo ed esclusivamente nella nostra testa: non sono la realtà ma sono scenari ipotetici, fantasie, possibilità - non sono fatti. Nessuna di queste cose è realtà. ***La realtà è qui e oggi***. Ciò che non esiste non è reale, Perciò - la nostra paura non è reale. Ma allora, se non è reale, che cos'è quella paura***?. La paura non è nient'altro che l'anticipazione del dolore.*** L'anticipazione non è di certo né passato né presente. È il futuro che stiamo immaginando! Ma non esiste ancora. Ecco perché il futuro è nelle nostre mani: possiamo modellarlo come vogliamo, possiamo impegnarci per piegarlo ai nostri desideri, possiamo compiere oggi centinaia di azioni diverse che porteranno a centinaia di futuri diversi. Sembrano reali

solo perché noi le rendiamo realistiche Siamo noi che inventiamo il nostro futuro, sia nelle nostre menti mentre lo immaginiamo, sia con le nostre azioni mentre lo costruiamo, giorno per giorno. Ora, quindi, siamo davanti ad una scelta importantissima: possiamo continuare a figurarci tutti quegli scenari negativi riguardo al nostro futuro, o possiamo deciderci ad ammettere che ognuna di quelle storie è solo una fantasia, che il futuro non esiste ancora, e che è proprio questo a renderlo così bello e pieno di possibilità, perché significa che in ogni momento, in ogni istante della nostra vita, possiamo agire e modificare il corso della nostra storia!

La paura, l'ira, la gelosia, sono i compagni inseparabili ***dell'attaccamento.*** Il corpo è uno ***Specchio*** in cui si riflettono tutti gli stati dell'anima. E proprio una delle condizioni mentali, a carattere fobico, che si evidenzia con effetti catastrofici sul corpo umano, è ***la paura***.

Paura dell'Amore, paura della solitudine, paura della malattia, paura della morte, sono stati

d'animo di diversa intensità emotiva sia che si traducano in ansie, preoccupazioni, inquietudini o che si tramutino in vere e proprie patologie come il terrore, la fobia, il panico, la mania di persecuzione. Solo superando le ferite nascoste in ciascuno di noi, che possono contaminare o sabotare i nostri sforzi di creare e conservare l'Amore, si può riuscire a vivere la vita nel modo più gratificante e completo possibile.

Ad un livello ancora più profondo, ***imparare a conoscere il nostro bambino interiore*** e a fronteggiare le paure inconsce, che da lui derivano, ci verrà aperto un passaggio verso il divino, verso una profonda connessione con l'esistenza stessa.

Quante paure hanno caratterizzato il tragitto della mia vita, condizionandolo! Nello scandire del tempo, all'atto del verificarsi di esperienze negative, determinate da questa scatenante elucubrazione mentale, sono stata costretta a riflettere su come vincere le stesse, per poter lenire le sofferenze che ne derivavano, sia di ordine fisico che morale, ma le soluzioni non le ho mai trovate a

livello razionale. Non avevo ancora capito che paure, preoccupazioni, ansie e paranoie varie provengono solamente da un perverso ***gioco della mente,*** come Sai Baba afferma: "*La soluzione finale del conflitto non è una decisione o una scelta, ma restare passivo. Abbi il coraggio di restare senza conclusioni e cerca di vedere nell'incertezza della mente il gioco Divino, la funzione naturale di quel nodo che si chiama* ***mente.*** *Non credere ad essa. Osservala da lontano, senza farti coinvolgere nelle sue cadute e nel suo rigirare. Tutto, allora, sarà insignificante; e quando tutto sarà insignificante, sarai nell' imperturbabilità.*
Uno dei bisogni fondamentali dell'uomo è proprio quello di ***Amore*** e quello di ***Attaccamento,*** di stabilire relazioni interpersonali stabili e significative e la principale correlazione è ***l'inseguimento del piacere e della felicità, nella soddisfazione dei desideri.***

Cos'è la felicità?

"Go happy, go happy", fu questa la risposta che un giorno ***Sai Baba*** diede alla mia domanda senza che io avessi avuto modo di porgliela !
Mi risuonano ancora nella mente quelle parole che Egli pronunciò, ponendomi la mano sul cuore, nel corso del mio primo incontro che io ebbi con Lui. Parole che furono propedeutiche per il mio risveglio e la conseguente mia ***Rinascita spirituale***.
In quel burrascoso periodo della mia vita, mi dibattevo in mille difficoltà, dalle perdite affettive a capovolgimenti di carattere economico, al punto di voler rinunciare al proseguimento della vita stessa in quelle condizioni di estremo disagio e di desiderare, con tutta me stessa, l'annullamento totale dal mondo. E ciò perché avevo attribuito alle tante carenze, che avevo accumulato, le cause della mia infelicità.
In quell'occasione ***Sai Baba*** mi parlò del vero senso della rinuncia e del valore della stessa, intesa come consapevole esperienza interiore che avviene per effetto dell'estinzione dei desideri

mentali e fisici, dicendomi che la perfetta felicità consiste nel soddisfare tutti i desideri nell'Essere Assoluto e che la vita è un'esperienza di "**Esseri di luce**" che vivono una dimensione corporea, intesa ad addestrare l'individuo ad una più alta, più profonda e più ampia condizione dell'esistenza attraverso l'esperienza dei risultati delle azioni.

Lo scopo della Vita, ciò che le conferisce il vero Senso, è dunque quello di riconoscere la propria ***Essenza divina*** per ottenere la perfezione completa dell'Assoluto Spirituale . "Non identificatevi con il corpo ! Voi siete l'***Atma***", sottolineò **Sai Baba**, che fra tutte le conoscenze è quella che racchiude la Verità assoluta.

Colui che conosce il Sé supera la sofferenza **!** Quando la conoscenza dello Spirito, che è la base di ogni conoscenza, è raggiunta, si ha l'accesso alla fonte del potere e della saggezza tramite la purezza del cuore e della mente. ''***Voi credete di essere il guscio ma in realtà siete la mandorla***''. L'Atma Jinana (dal sanscrito: Conoscenza dello

spirito) è ciò che rivela *l'Unità nella molteplicità*, *l'Eterno nel transitorio*, ed è quanto rivelano le ***Upanishad*** (testo sacro dell'Induismo).
Ecco la chiave della felicità che credo di aver trovato in questo percorso di crescita e di guarigione e che sento di poter trasmettere a chi ancora brancola nel buio: ***Vivere nell'hic et nunc*** (qui ed ora), nell'Eterno presente, impegnando il corpo per buone azioni al servizio del prossimo e la mente per generare pensieri positivi lasciando fluire *l'energia del cuore*, quest'onda d'Amore onnipervadente e guaritrice di ogni male.
Questo è il processo tramite il quale l'umano si fonde, nell'Uno, con il Divino e questi sono i tesori, che ho racchiuso nel mio scrigno dell'eternità, elaborati dai percorsi delle mie drammatiche esperienze di vita e che ho trascritto in questi miei versi:
"*Essere felice è trovare la forza nel perdono, la speranza nelle battaglie, la sicurezza nella paura, l'amore nei distacchi. Essere felice...Non è solo valorizzare il sorriso, ma riflettere sopra la tristezza.*

Non è solo commemorare il successo, ma imparare la lezione dai fallimenti. Non è solo allietarsi degli applausi, ma trovare allegria nell'anonimato. Essere felice è riconoscere che vale la pena di vivere la vita, malgrado tutte le sfide che essa ti pone costantemente. Essere felice non è opera del destino, ma una conquista di chi sa viaggiare dentro il proprio essere. Essere felice è abbandonare i problemi e diventare autore della Propria storia. Essere felice è attraversare deserti, ma essere capaci di incontrare un'oasi nel profondo della tua anima e ringraziare Dio ogni giorno per il miracolo della vita. È non avere paura di saper affermare i propri sentimenti. È saper parlare di se stesso. È avere il coraggio di accettare un "no". È avere la forza di accettare una critica anche se ingiusta. È accettare i figli, anche se ci hanno ferito,Condividere con gli amici gioie e dolori, tollerare e superare le offese ricevute dai propri nemici trasformandole in Amore.

Dovremmo perciò saper riconoscere il valore della rinuncia, analizzando ciò che è veramente importante, - l'essenza stessa di ciò che è importante, - per realizzare qualcosa, nella consapevolezza di ciò a cui dobbiamo saper rinunciare.
Il ***Buddha,*** rinunciando agli agi della sua condizione di re**,** si dedicò alla rinuncia ascoltando gli insegnamenti dei saggi e studiando le sacre scritture ma quando capì che il suo cuore era il suo unico testo sacro, e Dio l'unico amico, smise di cercare avendo trovato in se stesso tutta la Verità.È la ***Saggezza c***he ci spinge ad abbandonare una felicità inferiore per averne una superiore. Perciò se il cuore aspira a un giusto benessere, non certo a spese di altri o a spese del pianeta, esso sorgerà in un cuore che vive in armonia con ***la Logica del creato*** ed in tal caso, forse, abbiamo conquistato abbastanza saggezza da permetterci un qualsivoglia gesto di rinuncia.

CAP .4)IL DOLORE E LA SOFFERENZA

"La persecuzione di un destino avverso non causa sofferenza all'uomo giusto, né l'oppressione lo distrugge se egli è schierato dalla parte sana della verità. Socrate sorrideva prendendo il veleno, e Santo Stefano aveva lo stesso atteggiamento mentre veniva lapidato. Ciò che realmente fa soffrire è la nostra coscienza, che duole nell'essere contrariata e muore nell'essere tradita". (Kahlil Gibran).

Nell'accezione comune ***il dolore si riferisce ad un' esperienza sensoriale*** che può anche essere correlata ad un danno fisico, mentre **la *sofferenza*** è quella condizione di patimento, relegato alla sfera emotiva, segno di ***un'afflizione interiore***. La sofferenza non può avere termini di paragone con nessuna considerazione che possa apparire logica e razionale. È l'incomprensione, di fronte agli eventi inaspettati e la non accettazione delle conseguenze derivanti che fanno soffrire, che lasciano immobili, quasi impotenti.

Il dolore e la sofferenza altrui sono pessimi

combustibili per l'avanzamento del progresso umano. Sfruttamento, schiavitu', espropri di popolazioni indigene, sbancamenti massivi, inquinamento diffuso, abusi, corruzione e condizioni di lavoro indegne, sono il doloroso quadro del grande squilibrio. Uno squilibrio che va dai comportamenti individuali egoistici e indifferenti ai problemi altrui, ai comportamenti nazionali di concorrenza e prevaricazione. Se mettiamo da parte la nostra angoscia, rabbia e qualsiasi stato d'animo che ci riporta "dentro" noi stessi, riusciamo a intravedere il mirabile e spaventoso incastro in cui rischia di annodarsi l'umanità, qualora non comprenda tempestivamente che non ci sono nemici da combattere quanto squilibri da curare, specialmente quando si assiste impotenti ad accadimenti lesivi della dignità umana. Tutti allora dovremmo assumere un maggior equilibrio ed esprimere verità corrispondente al proprio grado di evoluzione. ***Non è una guerra economica il vero mostro,*** ma una sfida alla

nostra capacità di rigenerazione ed evoluzione. Il rimedio è ***l'apertura del cuore,*** in contrapposizione alla violenza e ad azioni barbariche.

Ripercorrendo le tappe dei miei momenti difficili, tante sono state le circostanze nelle quali dolore e sofferenza mi hanno portato a dover rinunciare ad ambìti sogni e alle più segrete aspirazioni.

Sono state queste tracce indelebili rimaste impresse, come pagine di libri di storia, ingiallite nel tempo, difficili da rimuovere per continuare impavida la personale scalata di vita, ma che poi si sono incastonate, come pietre preziose, nel mosaico della vera conoscenza!...Ad esempio esse hanno costituito la motivazione ideale per intraprendere azioni di volontariato sociale ed umanitario nei confronti dei più bisognosi o si sono concretizzate in molle scatenanti nel promuovere iniziative idonee al mutamento della realtà, al fine di risvegliare coscienze, in accordo alla personale visione di

un modello ideale, sociale, politico o religioso. Una disgrazia rivoluziona la vita, è vero, ma poi si rivela una vera e propria **"catarsi ",** induce ad affrontare il senso della stessa, nella riflessione della caducità dei momenti esistenziali, per riuscirne ad accettare la durissima prova cui si è sottoposti e continuare a sopravvivere con determinazione e coraggio. Ed è proprio attraverso quelle determinate prove che si è costretti a far leva su forze interiori, che io stessa non credevo di possedere.
Non è necessario lottare contro le avversità, non avrebbe senso, in quanto esse sono parti integranti della nostra ***coscienza*** in quanto proprio da lì provengono. Vanno comprese nell'ascoltare il messaggio che ne deriva poiché esse fanno parte integrante del nostro essere e portano in grembo proprio quelle risposte necessarie perché il nostro stato interiore possa evolvere positivamente.
La logica del Creato non è quella mentale, la stessa segue tutt'altre leggi che sono scritte nel

contenitore cosmico della ***Conoscenza Universale*** e che in termine sanscrito si chiama ***Akasha***.

Nel serbatoio cosmico è contenuto tutto il materiale di informazioni che la mente umana richiede. Ma la mente, non consapevole del dinamismo cosmico, non sapendo dove attingere queste informazioni, brancola in mille svariate elucubrazioni dando risposte diversificate a seconda del grado evolutivo di "***Coscienza***".

Di conseguenza ne scaturisce che la "verità" assume mille facce ed ognuna crede di essere quella giusta! ...

Viviamo in un'epoca di grande confusione, grazie anche alla spinta che esercitano i mass-media. È questa, un'epoca in cui l'individuo è letteralmente bombardato da un'infinità di informazioni. Molte di queste hanno il compito di confondere, disinformare, deprimere gli Esseri umani. E a quanto pare sembra che ci riescano molto bene .Tutto ciò accade anche nel

cosiddetto mondo delle informazioni spirituali. Mai si sono viste circolare così tante sciocchezze nell'ambito delle procedure atte a risvegliare spiritualmente l'Essere umano. Alla stessa stregua della demenziale cultura profana c'è un diffondersi della demenziale cultura spirituale al solo fine di un business che fa gioco alla potente volontà delle forze della contro-iniziazione. C'è un pullulare di individui che, scimmiottando le gesta dei grandi iniziati, dei maestri autentici, purtroppo magnetizzano l'attenzione di molti di coloro che, giunti nella fase della loro crisi epocale, hanno bisogno di indicazioni risolutive e si lasciano catturare entrando, spesso, in farneticanti spirali destabilizzanti. Spirali da cui non saranno in grado di uscire se non dopo molto tempo di asservimento, palese o meno, nei confronti di questi miserevoli individui, sedicenti maestri che imbrigliano più che liberare l'individuo.
La comunicazione in questi termini è solo convenzionale e non può essere esclusiva ed

assoluta.
Scegliere un ***"Sentiero Spirituale"*** significa scegliere di voler uscire dagli inganni delle parole per imparare ad "Essere" secondo i valori universali dello Spirito e delle Leggi della Natura.***Tutto è Uno ed interconnesso*** ! Secondo questo assunto ***il microcosmo sta al macrocosmo*** e viceversa.

L' anello di congiunzione tra cielo e terra allora da cosa è determinato?

Non esiste linea di demarcazione tra cielo e terra: ogni cosa è congiunta "come in cielo così in terra", ciò che appare alla vista e secondo l 'ottica dei cinque sensi è solo tridimensionale, ma oltre questo schermo visibile e tangibile si estende un infinito Universo interconnesso, regolato da precise leggi cosmiche non del tutto comprensibili alla ragione umana.

Ma se lo strumento che possediamo è proprio la ragione come possiamo comprendere senza di essa?

La parola "***strumento***" è appropriata nel suo

termine. "Strumento", però, non significa “azione diretta” ma mezzo per compierla, ovvero le forme pensiero, utili al progresso spirituale di conoscenza si configurano usando il canale della percezione extrasensoriale chiamata ″***intuizione***" o, per meglio dire, “***Coscienza interiore***", che individualmente rappresenta la consapevolezza dell’esistenza. Il timone è rappresentato dalla "***Coscienza***" e la bussola è la ***Mente*** che incanala la direzione suggerita.
La percezione dell’immensità della nostra vita attraverso virtuose qualità umane, quali ***pazienza, perseveranza, saggezza, forza d’animo, altruismo, capacità di rinnovamento***, accrescono la facoltà di far fronte agli eventi ed ampliano la capacità di affrontarli con pacatezza e rassegnazione, traendo da essi spunti di insegnamento, utile per se stessi e per gli altri. Nel buddismo, nel Sutra del loto, l’effetto latente indica il volto del ***Karma*** che porta impresse le azioni compiute nel passato ! Azioni che si trasferiranno nella direzione della vita attuale

per produrne gli effetti.

Distruggere, Costruire o Trasformare per diventare un'unica Umanita'?

I venti di guerra soffiano in tutte le stagioni e continuamente si vede crescere il seme della distruzione. La vita e la morte sono congiunte in indissolubile sposalizio, l' una sostenendo l'altra, a compimento del ciclo. E così succede anche nella storia della progenie umana impegnata in una altalenante opera di Distruzione e Ricostruzione. Sappiamo tuttavia che una nota legge della fisica recita che in natura nulla si crea, nulla si distrugge ma tutto si trasforma, ad indicare che l' evoluzione universale e, tanto più quella umana, ha il compito di far progredire la sostanza di tutte le cose, trasformandola di continuo, fino a distillarla in "***Materia spirituale***", in modo che sprigioni la luce celata ed illumini il creato di sublime coscienza. Questo è dunque il cammino a cui noi tutti siamo chiamati. Noi tutti che aborriamo la guerra, come risulta dai nostri cuori oltre che dalla costituzione su cui fonda la

nostra nazione; eppure, siamo incapaci di eliminarla o di fermarla, quando la spada del potere viene sguainata da quei signori che in nome della pace scatenano la "bestia". Non ne siamo capaci perché non riusciamo a convergere sotto il vessillo della inclusività e dell'amore incondizionato e divenire realmente "l' Umanità Una". Troppa è la ***separatività*** che ci accompagna nel vivere quotidiano ed alimenta i nostri sogni di carriera, i nostri desideri di conquista del posto più alto da cui godere della vista degli altri che ci servono e acclamano. Troppo è l'egoismo che induce a chiuderci nei nostri castelli, sollevando il ponte levatoio. Troppo è il cinismo e la ipocrisia che ci fa girare lo sguardo per non vedere e non sapere dei mali del mondo. Eppure dovremmo conoscere che non ci sono scorciatoie; che la via va percorsa fino in fondo, passo dopo passo, con pazienza e perseveranza, equipaggiati di buona volontà.
Ma che cos'è la buona volontà? E quella risorsa umana che produce azione convergente.

Significa, in altre parole, trovare punti d'incontro e riunire gli sforzi per aggregarsi nel paziente lavoro di masticare e digerire (trasformare) le miserie e le sofferenze fino a renderle una amalgama uniforme e coesa con cui cementare i mattoni della speranza. Significa operare per la pacifica convivenza dei Popoli della Terra che si riconoscono vitalizzati dallo stesso sangue ed animati dalle comuni istanze di libertà e uguaglianza. Se non saremo capaci di ***Trasformare la nostra vita in esperienza di crescita***; se non riusciremo a cambiare il segno dei nostri rapporti con i familiari, i vicini, i colleghi, da separativo in unificante; se non troveremo il coraggio e la saggezza per mutare i nostri schemi mentali e adattare costantemente nuovi modelli alle esigenze di sviluppo armonico della società umana, allora continueremo a servirci delle guerre come inevitabile e drastico strumento di cambiamento. Si, perché è innegabile che dopo ogni distruzione vi sia ricostruzione così come dopo ogni tempesta

ritorna la quiete e la stabilità segue alla catastrofe. Tutto ciò succede quando la via dell' equilibrio non viene perseguita e l'ordine di natura è mantenuto attraverso l'alternanza degli opposti. Noi esseri umani, quarto regno di natura, possiamo e dobbiamo, tuttavia, imparare che, ***tra il bene e il male,*** esiste un punto equidistante che si chiama: ***innocuità***; che tra l'Amore e l'Odio vi è ***la Tolleranza***. Se sapremo coltivare queste virtù del "giusto mezzo", potremo far fiorire sentimenti di comprensione e rispetto sempre più duraturi e fondare, sulla loro stabilità, la vera Fratellanza dei Popoli.

Spesso, durante la mia permanenza in India, ho ascoltato gli interrogativi di diverse persone che ponevano domande ai vari maestri spirituali, in merito al destino dei popoli, alla crudeltà di Hitler, alla persecuzione millenaria degli ebrei, alla distruzione delle civiltà meso-americane, alle guerre civili ed altrettanto simili argomenti apocalittici; la risposta dei saggi è stata sempre più o meno la stessa:"***come esiste un destino***

individuale esiste anche un destino per ciascuna nazione e per i popoli *"*.

Nella visione indiana la ***sofferenza è una necessità ineluttabile ma non imperitura***; l'India mi ha mostrato il vero volto della sofferenza umana, una sofferenza che emerge come dato inconfondibile e irrefutabile della realtà indiana non solo dalle situazioni di terribile miseria, osservabili nelle baraccopoli delle grandi città industriali come Bombay o Bangalore, ma anche da quella letteratura sapienziale che ha conservato l'immagine di una saggezza fra le più antiche del mondo. Patanjiali, fondatore dello"yoga" (termine che vuol dire unione con il divino) ovvero la disciplina olistica che determina la visione della realtà fenomenica, afferma che "***Tutto non è che sofferenza***". Tutto è dolore perché tutto ciò che è rapportato nel tempo ha una sua durata e, quindi, tutto passa: la sofferenza è una caratteristica intrinseca della transitorietà.

Ed ancora Sai Baba afferma: "*La gioia ed il dolore*

possono essere paragonati a due vasi trasportati da un uomo agli estremi di un bastone. Essi sono inseparabili. Nessuno può dire che cosa riservi il futuro ad ogni individuo. Proprio come condizioni opposte, quali il caldo ed il freddo, sono utili all'uomo in certe situazioni, allo stesso modo la gioia ed il dolore, la perdita ed il guadagno, sono tutte cose utili all'uomo. Senza dolore, come si può apprezzare la gioia? Per realizzare la grandezza della luce è necessaria l'oscurità."

È noto che le filosofie orientali credono nel Samsara, cioè nel ciclo di "***rinascita e morte*** ", nel perenne rinnovarsi delle esistenze umane, fintanto che non si sia concluso il processo evolutivo nel raggiungimento del "***Nirvana"***, meta finale nella realizzazione della "Beatitudine divina", ***ovvero la fusione con l'Assoluto***. Il dolore in quest'ottica appare come "retribuzione" e quindi strumento necessario per accelerare questo processo.

CAP.5) LA MORTE

Il tema della morte accomuna gli Esseri umani nell'elaborare riflessioni e rappresentazioni del più significativo momento della vita di ciascuno, ma non è traducibile in alcuna esperienza di vita, se non solo quella della morte di un altro essere, che addolora nella misura proporzionale dei sentimenti che si provano per la persona che viene a mancare nella tua vita. Il motivo per cui non riusciamo ad accettare la morte è dovuto al fatto che per istinto rifiutiamo l'idea che ci venga strappato quel qualcuno cui siamo legati per motivi affettivi. Allo stesso tempo ne abbiamo paura perché ne ignoriamo i risvolti, pur consapevoli che la morte fa parte della vita, in quanto essa ne è un aspetto fondamentale, ineluttabile, determinato dal concetto che tutto ha un inizio e una fine. La vita e la morte sono aspetti naturali che andrebbero vissuti in maniera naturale, secondo le leggi della natura. E nella natura la morte, in realtà, non esiste se non come forma di passaggio. ***Tutto è***

trasformazione. Vita e morte, nell'ottica della complementarietà dei contrari, sono un'unica realtà imprescindibile e fanno parte di un immane processo di trasformazione, di cui noi non vediamo né l'inizio né la fine. Ma come in tutte le esperienze luttuose, che la vita ci riserva, i fragili sentimenti umani si ribellano all'accettazione passiva della perdita delle persone più care, quali un genitore, un amico, un figlio. Ci sono delle tappe alle quali si è obbligati sottostare, perché il lutto va vissuto anche alla luce delle varie credenze religiose, per poter colmare il senso di vuoto psichico, emotivo, fisico, determinato dall'aver perso saldi punti di riferimento. Questo percorso prevede tempi adeguati, stati emotivi intensi e contrastanti per l'accettazione della perdita, l'adattamento ad una vita cambiata, il coinvolgimento in nuovi interessi o in lavori e progetti che compensano il riemergere dalle macerie. ***Professare una religione,*** la cui affermazione comune a tutte le altre sul

problema della morte è quella dell' immortalità dell'anima, costituisce un grande motivo di consolazione. Differente è, tuttavia, nelle religioni, il rapporto tra l'anima e il corpo e la concezione della vita dopo la morte. Molte religioni ritengono che l'anima debba passare attraverso una lunga catena di reincarnazioni prima di raggiungere la liberazione. Gli ***induisti*** e i ***giainisti*** credono che dopo la morte ogni creatura si reincarni in un altro corpo, vegetale, animale o umano che sia. Lo scorrere delle esistenze è visto come un dramma dal quale si desidera liberarsi. La liberazione - o moksha - consiste nella scoperta dell'illusorietà della propria identità individuale (atman), per ricongiungersi con il brahman, che è l'Uno indivisibile. Secondo i ***buddhisti***, per 49 giorni dopo la morte l'individuo va errando tra il mondo dei morti e quello dei vivi; dopodiché il meccanismo del karma decide in quale corpo si reincarnerà. Come per gli induisti, l'obiettivo ultimo dei buddhisti è di porre fine al ciclo

ininterrotto delle rinascite per raggiungere l'estinzione delle sofferenze, o Nirvana.
Per le ***religioni tradizionali cinesi*** non vi è una separazione netta tra il mondo dei vivi e quello dei morti: i morti non abbandonano il mondo dei vivi, ma diventano antenati e, come tali, continuano a partecipare alla vita quotidiana della propria famiglia d'origine, proteggendo e guidando i discendenti. Secondo le ***religioni tradizionali africane,*** i morti non si ritirano in una sfera ultraterrena, ma continuano a intervenire nella vita dei discendenti sotto forma di "spiriti protettori". I testi di ciascuna appartenenza religiosa trasmettono indicazioni di comportamento morale, funzionali alla vita di relazione sociale, ed è sulla base dell'osservanza di tali comportamenti che le persone fondano un'attesa fiduciosa della propria immortalità e del meritato paradiso.
Per quel che mi riguarda ho scelto, meditato e praticato un mio personale percorso spirituale costruendo Fede e fiducia nella ***vita oltre la vita.***

L'esperienza traumatica della perdita dei miei genitori, vissuta in età giovanile, incisiva e devastante nella sua connotazione, mi ha portato lungo molte strade, alla ricerca di una risposta soddisfacente che potesse lenire un simile e travolgente dolore. La fede cattolica, che mi aveva accompagnato sin da bambina, nell'affermazione che la morte è un passaggio doloroso, ma che conduce ad una nuova vita, alla beatitudine eterna, senza più sofferenze, nè mali ed ingiustizie, in comunione completa con Dio, è stata al momento di gran conforto, ma non è stata una motivazione sufficiente quando la sopraffazione della sofferenza molto spesso, tramutandosi in disperazione, ha dato luogo a crolli psicologici, che veleggiavano nel mare dei dubbi e delle incertezze…..

Era l'epoca in cui emergeva la parapsicologia, quale disciplina che cercava di studiare la fenomenologia, appartenente alla sfera dello spirito, inspiegabile da un punto di vista scientifico-razionale, relativa ai poteri psichici,

all'interazione tra fede e ragione, al mondo dell'aldilà come sopravvivenza alla morte.
Attratta da queste tematiche per comprendere i misteri della vita e della mente umana, quali la telepatia, la precognizione, la medianità, in considerazione del fatto che in me, sin dall'età infantile, si erano manifestati molti segnali in tal senso, mi iscrissi all' Accademia Tiberina, dove ricercatori qualificati approfondivano tali argomenti, e in tale sede ebbi l'opportunità di vivere in prima persona esperienze dirette, quali lo spiritismo, che mi fornì informazioni utili alla mia sete di sapere. Una delle più significative è stata quella di aver compiuto un viaggio astrale, ovvero un viaggio multidimensionale di stato di coscienza che prevede il distacco anima- corpo, dandomi l'opportunità di sperimentare la sensazione che si potrebbe provare in stato di morte, capirne la dinamica, togliendomi al contempo la paura per la sua non esistenza. Conobbi casualmente un medico il quale, poiché mi dibattevo ancora negli strascichi delle mie

prove, mi parlò delle sue sperimentazioni, condotte con pratiche ipnotiche su vari pazienti in cura per problemi di carattere esistenziale e dei suoi successi terapeutici ottenuti con tali sistemi. Attratta dai racconti del medico accettai il suo invito ad assistere in veste di osservatrice ad una riunione con altri professionisti del settore. Egli mi tranquillizzò sullo svolgersi della seduta dicendomi che non sarebbe accaduto nulla di pauroso, dato che avevo espresso per diffidenza ed ignoranza le mie remore di natura razionale circa il voler assistere a sedute spiritiche…Ma al momento di osservare, in maniera critica e distaccata, ciò che gli astanti stavano compiendo, ovvero recitando preghiere rivolte ad entità angeliche, a me sconosciute, accadde che il medico, colto da uno stato di trance, rivolgendosi a me, iniziò a parlare con una voce cavernosa, non certo la sua, e contemporaneamente a descrivere su carta particolari segreti della mia vita che né lui nè alcun altro poteva conoscere ….All'istante, incredula e allibita, ho iniziato a

provare uno strano malessere, che cresceva man mano, mai provato, non somigliante a un dolore fisico, con la percezione che una forza energetica molto pressante volesse impadronirsi del mio corpo, che per paura opponeva resistenza al lasciarsi andare, fino al punto che, allo stremo delle forze vitali, ho avuto la sensazione di fare un salto nel vuoto e poi sgusciata dall'involucro materiale, come crisalide che esce dal bozzolo, mi sono ritrovata fuori dalla sfera sensoriale, distaccata da ogni sensazione corporea, in una dimensione del tutto coscienziale. Ero perfettamente consapevole di quanto mi stava accadendo, avevo una visione molto chiara nella quale le funzioni cognitive, le emozioni, il senso di identità ed i ricordi della prima infanzia erano presenti, così come la percezione proveniente da una posizione esterna, al di sopra del mio corpo. Ero "inerte come un sacco vuoto".

Ho descritto l'uscita dal tunnel, ho visto larghe estensioni di luce, luoghi e fatti a me sconosciuti, l'incontro con entità spirituali e la forma eterica

dei miei genitori che mi invitavano a tornare indietro per tante missioni da compiere ancora sulla terra, non essendo ancora arrivato il mio momento. In quello stato di pura felicità tutti i problemi, connessi alla sfera esistenziale, erano spariti, al punto da non voler più rientrare in quella prigione che si chiama ***vita corporea*** ! Sentivo, però che un unico legame mi trascinava all'indietro per rientrare nel mondo fenomenico ed era l'esistenza di mia figlia ancor in fase di crescita.

Questa forte esperienza è stata l'inizio della mia trasformazione, per avermi mostrato gli elementi basilari per sintonizzare la mia coscienza in una "***consapevolezza nello stato di veglia***". *"La coscienza, che abbiamo durante le nostre attività quotidiane, riduce tutte le informazioni ricevute ad una verità singola che interpretiamo come 'Realtà'. Durante le esperienze di premorte, comunque, i pazienti non sono limitati dai loro corpi o dalla coscienza, il che significa che vivono in molte realtà diverse" . Capisco ora che la coscienza è la base della*

*vita, e la nostra vita è fatta principalmente di compassione, empatia ed amore,"*afferma il Dottor Van Lommell, cardiologo olandese, il quale, dopo aver analizzato numerosi casi di "***esperienze di pre-morte***" è giunto alla conclusione dell'esistenza dell'anima e della prosecuzione della vita dopo la morte fisica.
Nel merito, quando svolgevo assistenza ai malati terminali presso strutture ospedaliere come servizio di volontariato, ho raccolto numerose testimonianze, oltre la mia sopracitata, per aver assistito a narrazioni di pazienti, che, al loro risveglio da arresti cardiaci o stati di premorte, hanno riferito ai medici soccorritori, e con dovizie di particolari, il passaggio intercorso tra la vita e la "morte clinica". In virtù di quanto ho potuto apprendere, ho applicato queste mie conoscenze in termini pratici, relazionandomi con malati in punto di morte, per prepararli ad un dolce distacco, come, ad esempio, è avvenuto in occasione dell'immatura scomparsa di mia cognata Nicoletta. In quell'occasione, radunai

tutta la famiglia, marito, figli e parenti al suo capezzale, per accompagnare con Amore e senza spargimento di lacrime la sua anima nel momento del trapasso .

In Occidente, al contrario dell'**Oriente,** non c'è una vera ed appropriata cultura per la preparazione alla morte, anzi si tende ad evitarla per sfuggirne la visione dolorosa. La classe medica cura il corpo ma non l'anima nel cruciale momento della separazione della stessa dal corpo, parte quest'ultima riservata alla sfera spirituale del paziente. ***Lo stato vigile della coscienza è sempre presente, anche in stati comatosi o di non funzionalità del cervello,*** ragion per cui la trasmissione telepatica "da cuore a cuore" è l'unico canale di comunicazione tra l'aldiquà e l'aldilà, dove la linea di demarcazione è illusoria, dato che nell' Universo tutto è sincronico ed interconnesso .La differenziazione sta proprio nella multidimensionalità dei vari stati di coscienza . ***La legge del distacco*** è iscritta nella mappa

dell'esistenza umana, ed accompagna la storia di ogni essere vivente.
Ho rafforzato questa mia pregressa convinzione, nell'insegnamento illuminante**,** ricevuto dal ***Maestro spirituale Sai Baba***, che invita a ***riconoscere il proprio Sé divino***, ***come contenitore della Coscienza Universale,*** per risvegliare la consapevolezza della propria vera identità, al fine di raggiungere la felicità senza imbattersi nella sofferenza e senza pagare alcun prezzo in cambio. La vita è contrassegnata dal senso del limite che ne colora ogni esperienza.

CAP 6) L'AMORE

"*L'Amor che muove il mondo e le altre stelle*" così scriveva il sommo poeta Dante Alighieri.

Nulla può resistere a questa forza che muove l'universo, proprio nulla, il vero amore non conosce barriere, perché Amare è l'essenza stessa della vita. Comunemente lo identifichiamo come un sentimento che si prova verso qualcuno o qualcosa, ***l'Amore per la famiglia, l'Amore per la Patria, l'Amore per il prossimo, l'Amore per colui/colei che crediamo sia l'anima gemella, l'Amore per gli amici, l'Amore per l'ambiente, l'Amore per gli animali.*** L'etimologia della parola ***Amore*** deriva dal latino A-mors (assenza di morte) quindi il sentimento dell'Amore è immortale, ma la prima regola per poter Amare gli altri è ***Amare se stessi***. *Ama il prossimo tuo come te stesso*….diceva Gesù, il punto chiave è proprio questo: "come te stesso"! Questo concetto implica il possedere due doti che ogni persona "per diritto" dovrebbe acquisire: ***l'autostima,*** vale a dire la considerazione del proprio valore prescindendo

dalle sue stesse imperfezioni (sfera dell'essere); ***la fiducia in sé*** o auto-efficacia, cioè la convinzione che nelle situazioni di crisi si può riuscire a superare le stesse, attivando comportamenti adeguati al contesto. ***Consapevolezza*** che si manifesta con l'attitudine all'azione ed attiene quindi alla sfera del fare. Quando vengono a mancare tali qualità del Sè, lo sguardo su se stessi diventa inevitabilmente svalutante e ci induce a maturare convinzioni disfunzionali circa il nostro valore. E tali pensieri fuorvianti coinvolgono la sfera fisica, emotiva ed intellettuale della nostra personalità.

A causa della paura del rifiuto, della critica, della delusione, del timore ad entrare in contatto con l'altro, la persona carente di stima rimane chiusa disperatamente nel suo disagio, incapace di costruire relazioni, celando dietro alla sua apatia una grande fragilità e un intenso bisogno inespresso di amore. Una tecnica che funziona sempre, e che io stessa ho sperimentato, specie in tanti difficili momenti da superare, è quella di guar-

darsi allo specchio e ripetere la frase "Io mi voglio bene" come un mantra, la cui vibrazione produce un gran senso di benessere, quindi di porsi in silenzio, ascoltando la voce del Cuore per entrare in contatto con l' ***Energia Superiore***, **la *Coscienza Universale.***

Se vogliamo che un pensiero abbia un vero potere di trasformazione bisogna applicare una concentrazione su di esso molto intensa, con una disposizione d'animo positiva.

Per la legge dell'Attrazione, la mente attrae a sé quello che vuole. Se non proiettiamo Energia d'amore non riceveremo ***Amore.*** La forza dell'energia mentale, unita a quella del Cuore, è l'arma più potente sulla quale fare leva per ottenere qualsiasi cambiamento. Per amare gli altri incondizionatamente occorre aver sanato le ferite emotive, derivanti dai propri conflitti interiori, smettendo di proiettarli sul mondo che ci circonda, con la comprensione e l'accettazione del nostro lato oscuro, la propria ombra, che mina la maturità emotiva. L'Amore dunque, in chiave

Universale, permea ogni possibile interazione tra tutte le Creature dell'Universo, nasce proprio da tale risonanza con le stesse e di essa si nutre, amplificando la propria vibrazione nella dimensione empatica e quindi relazionale, del cuore, per elevarsi a forza e motore della sublimazione di qualunque altro o diverso obiettivo che non sia l'esperienza stessa di Unità. Sono fermamente convinta, avendone visto i risultati su me stessa, che ***la forza dell'energia mentale*** è l'arma più potente che possa esistere, sulla quale fare leva per ottenere qualsiasi cambiamento.

Cosa significa "Coscienza Universale?

La fonte inesauribile di un'energia vitale, intelligente a cui ogni Essere vivente può attingere. Per essere vivente si intende tutto ciò che esiste: dal minerale al vegetale, dall'animale all'Uomo. Sui piani sottili dell'esistenza fisica esistono una quantità di informazioni che non sempre si è consci di avere. La conoscenza si limita a ciò che è tangibile o visibile alla sfera sensoriale mentre la sfera della consapevolezza è infinita ed eterna.

Come raggiungere questo stato di consapevolezza? Il risveglio della consapevolezza di chi "siamo" è connesso al grado di evoluzione del proprio "sé" interiore, che porta a determinare l'applicazione di norme etico-comportamentali in un'ottica del tutto "soggettiva" sul piano individuale e di più ampio respiro sul piano universale. La fisica quantistica oggi ci rende noto come tutto sia "interconnesso" ed in quanto "Energia", il motore che anima la materia corporea, siamo campi magnetici da cui vengono emanate "onde" che vanno a toccare la sfera subliminale del ricevente in un processo osmotico, motivo per cui l'invisibile, a chi ha occhi per vederlo, diventa visibile. I miei lunghi periodi trascorsi in Oriente, respirando l'aria di saggezze antiche e a contatto con le realtà del terzo mondo, mi hanno insegnato a dominare la precarietà della mente "illusoria", comprendendo come il pensiero possa diventare forma quando allo stesso gli viene impartita la direzione che più gli aggrada e come si possa mantenere l'equilibrio emotivo senza

privarsi delle giuste suggestioni che la vita può riservare. Per il mio ricco bagaglio acquisito, che mi ha permesso di sperimentare la conoscenza diretta di uno spaccato di mondo, ho potuto estrapolare l'essenza di ciò che riconduce il Tutto all'Unità, superando la barriera ingannatrice del "***dualismo*** ", magico specchio nella sfera dell'illusione .....nel gioco di Maya.

In Oriente si pratica la ***Meditazione***, una disciplina basata sulla tecnica del respiro, che pone in uno stato di assenza di pensiero, e tanto più lo stesso è profondo, tanto più si raggiungono gli stati di una multidimensionalità della Coscienza, determinando la crescita evolutiva del proprio Essere.

La preghiera, di qualunque religione possa esserne la fonte, ha il medesimo valore terapeutico perché entrambi sono grandi strumenti per sintonizzarsi con il "***Divino***"; più ci si abbandona alla voce del "Cuore", più fluirà l'Energia divina dalla quale scaturiranno i segreti dell'Universo. Non c'è nulla di magico o di incredibile quando

si scopre l'esistenza di immagini o fenomeni a noi sconosciuti, che definiamo "miracoli", o di natura soprannaturale perché ciò significa aver penetrato la soglia dell'invalicabile, cui pochi eletti possono avere accesso e possedere le chiavi del regno ! Partendo dal presupposto che siamo parte dell'Universo, ad immagine e somiglianza divina, della stessa sostanza del "Padre", quindi perfetti, ma non consapevoli di esserlo, guai ad esprimere lamentele, giudizi negativi, odii, rancori, rimuginando sui vari sensi di colpa, che sortiscono l'effetto boomerang e non fanno altro che demolire "***l'Intelligenza Infinita***", la quale, appartenendoci per dotazione naturale, è l'unica Panacea per tutti i mali.

Amare se stessi consiste anche nel sanare le ferite emotive derivate dai nostri conflitti interiori. **La maturità *emotiva***, passa per la comprensione e l'accettazione del nostro lato oscuro, che gli psicologi chiamano **"*ombra*".** Paradossalmente, questo è il modo in cui possiamo trascenderlo, smettendo di proiettare i nostri conflitti interiori sugli

altri e sul mondo che ci circonda. Quando un Amore finisce, un amore che ci ha profondamente coinvolti, si prova una sofferenza indicibile, paragonabile ad un lutto, si provano sentimenti quali: tristezza, delusione, senso d'angoscia, sensi di colpa e fallimento.
Dopo aver espresso tutta la disperazione di questo mondo, ed essere io giunta sull'orlo dell'autodistruzione, minacciando vendette tremende verso chi aveva distrutto il "Castello" dei miei sogni… ho dovuto arrendermi all'evidenza dei fatti: ***non si può costringere qualcuno ad amarci.*** Quando è arrivato il momento in cui ho toccato il fondo del baratro, è stato in quel momento, quasi senza rendermene conto, che ho cominciato una lenta ma inesorabile risalita. Ho cominciato a pensare al come e al perché ero arrivata a quel punto, per poter ricominciare la mia vita con una nuova consapevolezza....per poter fare tesoro dell'esperienza e dare un senso a tutto quel dolore. ***Nulla è eterno, nulla è immutabile***, la vita è un onda in divenire….È lì che si accetta

la realtà delle cose. In seguito potrò scoprire che il più grande Amore non era quello perso ma quello che doveva ancora venire ! Ed ecco che alla luce di quanto constatato ed in considerazione di tutta la sofferenza subìta, ho ringraziato, in cuor mio, i miei “carnefici “ per essere stati gli autori o meglio gli strumenti che mi avevano fatto subire quella ”prova”.
Infine sono giunta a riflettere sul fatto che il nostro modo di vivere la fine di un amore è legato ai nostri primi "abbandoni" quelli infantili. Non ricordo chi avesse affermato "***il bambino è il padre dell'uomo***”. Mai come in questo caso vi è una profonda ragione. Infatti a seconda di come siamo stati "abbandonati" ed abbiamo vissuto tali "abbandoni" da piccoli, possiamo rivivere quelli attuali e futuri. Gli "abbandoni" rappresentano anche un momento di crescita, che avviene dopo la fine di un'esperienza consentendoti di vedere le cose in un'ottica diversa, più consapevole. “*La relazione è una aspirazione universale generata dal potere dell'Amore di ricondurre tutto all'unità*”. Questa

frase del mistico indiano **Yogananda** (tratta da "Autobiografia di uno Yogi") sintetizza la più alta visione del senso delle relazioni umane.
L'Amore, dunque, nasce proprio da tale risonanza e di essa si nutre, amplificando la propria vibrazione nella dimensione empatica, e perciò relazionale, del cuore. Esso non è confinato e limitato alla sola relazione di coppia e nemmeno a quella fra genitori e figli, ma permea ogni possibile interazione fra due individui, tanto più quanto minore sarà la differenza e la distanza percepita fra i due.
Esistono tre specie d'amore afferma Sai Baba: "Il primo è *swartha* o ***Amore egocentrico*** che, simile alla lanterna, illumina solo un piccolo spazio. Il secondo è *anyona*, o ***Amore reciproco***, che, come il chiaro di luna spande la sua luce, ma solo fino ad un certo punto. Infine il terzo *paratha*, o ***Amore verso gli altri*** che, come il sole con la sua luce, bagna tutti indistintamente. Coltivate dunque questo terzo tipo d'amore e sarete salvati. In real-

tà, anche il più piccolo servizio reso al prossimo è un servizio reso a voi stessi".

"***Sono venuto per accendere nei vostri cuori la lampada dell'Amore*** *e per vederla risplendere giorno dopo giorno con maggiore luminosità. Non sono venuto per parlarvi a favore di qualche particolare dottrina morale. Non sono venuto per una qualsiasi missione di pubblicità a favore di qualche setta, credo religioso o qualche altra causa, né sono venuto per raccogliere seguaci di una qualche dottrina. Non ho alcun progetto per attrarre discepoli o devoti al Mio o qualsiasi altro ovile. Sono venuto per informarvi di questa* ***Fede Universale****, unitaria, di questo principio atmico, di questo sentiero dell'Amore, di questa virtù dell'Amore, di questo dovere d'amore, di questo obbligo di amare*." (da un discorso di Sri Sathya Sai Baba, 8 Luglio 1968).

La natura stessa dell'***Amore*** trascende quindi il genere dell'individuo, per elevarsi a forza e motore della sublimazione di qualunque altro e diverso obiettivo che non sia l'esperienza stessa di **Unità.**

CAP 7) IL TRADIMENTO

Il tradimento è un azione che investe diversi ambiti della nostra vita, dai sentimenti alla politica, dal personale al collettivo. Subire un ***tradimento*** è qualcosa, molto spesso, ***difficile da superare***. Come afferma la sociologa Turnaturi, il "tradimento"coincide spesso con la presa di coscienza, da parte del tradito, che l'altro è un individuo che presumevamo di conoscere, ma che si manifesta, invece, in tutta la sua inconoscibilità.

Il tradimento pone in evidenza l'individualità dell'Essere umano e della precarietà di ogni relazione interpersonale, indipendentemente dalla sua durata e dalla profondità del legame instaurato. Il significato originario della parola tradimento viene dal latino "tradere", equivalente in italiano a consegnare, inteso nel significato di consegnare ai nemici. Ed infatti il tradimento consegna la parte del Noi, che l'altro ha investito nella relazione, ad un'altra persona. Quindi, il Noi, privato della presenza dell'altro, è

come se di colpo si disintegrasse lasciando soli l'Io e il Tu.
Una donna o un uomo che ama non si aspetta una delusione dall'uomo o dalla donna in cui crede ciecamente e nel quale ha riposto ogni aspettativa, né tantomeno si aspetta un tradimento. ***Non è nella sua natura anche soltanto prevederlo*** **!**…e tanto meno, va aggiunto, impietosamente ***accettarlo***. Nella vita di molti esseri umani spesso trova posto questa dolorosa esperienza ed io non ne sono stata avulsa !
Nella mia vita sono stata tradita, ma non ho mai tradito, avendo avuto sempre un gran rispetto per la vita altrui e poiché ho vissuto una forte esperienza traumatica in tal senso, che ha condizionato gran parte della mia vita, posso ben dare la mia personale testimonianza sul tema del tradimento.
Mi riferisco all'età giovanile quando ho incontrato ciò che credevo fosse "Amore", per aver proiettato ogni mia carenza affettiva sul coetaneo, incontrato per caso sul mio cammino,

nei meandri studenteschi universitari, in uno dei momenti più burrascosi della mia esistenza.
Mio padre era morto all'improvviso a 58 anni, raccomandandomi la tutela dei miei fratelli minori, io ne avevo solo 19 ed ero la prima di 5 figli. Qualche anno dopo mia madre, sopraffatta dal dolore della perdita dell'uomo della sua vita, che aveva amato incondizionatamente, venne colpita, per giunta, da un tumore la cui ulteriore sofferenza durò circa due anni. Perduta la mamma, di solo 50 anni, rimasi con due fratelli e due sorelle, tutti in età scolare.
Avevo 24 anni,con impresse in me le stimmate del sentimento del dovere, cioè quello di tutelare moralmente i miei fratelli e soprattutto di poter far da mamma anche alle due sorelle; la più piccola aveva 9 anni e la mediana ne aveva 16. Rimasta sola, con l'idea di voler ricostruire il mio nucleo familiare e con in me il forte desiderio di avere una figlia, mi sono sposata con l'uomo che mi era rimasto accanto in tutto quel tormentato periodo della mia vita. Feci quel passo pur

riconoscendo che con lui vi erano divergenze caratteriali, ma, mi sentivo legata a lui da un sentimento affettivo, dettato dal fatto che in quegli anni mi era stato accanto ed aveva colmato i miei vuoti, ed inoltre, da non trascurare l'aspetto di un forte coinvolgimento sul piano fisico sensoriale.

Ma la felicità di questa nuova vita, surrogata dalla nascita dell'attesa figlia, si rivelò essere solo un intervallo tra due dolori ! Essa, infatti, non durò a lungo ! L'ombra era sempre in agguato perché questo castello di sabbia, costruito su valori ideali e su basi illusorie, crollò in fretta e **la *prova tremenda del tradimento*** mi colpì in maniera violenta e con tragiche conseguenze. Un destino che veniva ad abbattersi su di me proseguendo lungo un inatteso cammino pieno di conseguenze.

La sensitività che mi ha caratterizzato, sin da bambina, facendomi presentire, gli avvenimenti sotto forma di premonizioni e la cui veridicità ho potuta constatare solo a posteriori di quanto

accadutomi, è stata sempre vigile per prepararmi ad affrontare le prove più dure. Quello che le mie antenne "captavano", prima che qualcosa accadesse, era comunque inaccettabile dalla mia sfera razionale perché mi mostravano un'orribile visione i cui segnali non trovavano corrispondenza nella realtà, o quanto meno venivano rimossi dal subconscio per non voler vedere…..

È importante sottolineare come, nel mio vissuto il tradimento, dapprima comparso come ombra, sia arrivato di sorpresa, senza preavvisi, spiazzando ogni convinzione del contrario, lasciandomi sconcertata, in preda allo sconforto ed incapace di trarne conclusioni ragionevoli. La scoperta che l'uomo, in cui avevo riposto ogni fiducia, mi tradiva con una delle mie sorelle, appena diciottenne, è stata una devastante deflagrazione …Il dolore di aver perso non una, ma due persone care contemporaneamente, che rappresentavano fondamentali pilastri della mia vita, era enorme, infinito oltre che insopportabile

da accettare sotto ogni punto di vista, al punto che mi sentii confinata in un girone infernale, in vortici e spirali di rabbia, odio, vendetta, disperazione, per non dire forzate rassegnazioni e battaglie giudiziarie al punto che desideravo la morte come via di liberazione.
E come se non bastasse la dose, già di per sé letale, eccomi giungere all'estrema agonia quando, già al limite di ogni sopportazione per questi fatti, perpetuatisi per circa 10 anni, venni a conoscenza, in fase di divorzio e soprattutto impreparata, ad affrontare un'ennesima batosta, della laconica decisione di mia figlia, di essere consenziente all'assegnazione del suo affidamento al padre, nel frattempo convivente con la zia, ovvero mia sorella.
Una tale drammatica situazione, che ormai era in atto, mi impediva di agire in maniera pesante sul piano giudiziario o in base a qualunque altra azione per non traumatizzare mia figlia da qualcosa di inenarrabile.

La tutela morale di mia figlia, il dovere di proteggerla da questa atmosfera paradossale e diabolica, la forza dell'Amore per lei, ha concorso a fare da freno ai miei impulsi distruttivi, rapportati all'intensità psico-emozionale di ciò che stavo vivendo e, quindi, di agire in modo tale, preferendo di nasconderle il mio vero dramma, piuttosto che trasferirle i miei "venefici livori", che avrebbero sicuramente minato la sua sfera psichica ed affettiva.
Capirò, solo in futuro, il "senso" di questo pesante debito karmico e, se così si può dire, di questa emblematica quanto rocambolesca "prova", che ha rappresentato una delle pagine più nere della mia dimensione umana…cioè quando Sai Baba mi commentò l'accadimento di questo mio destino così pronunciandosi: *"Tu e tua figlia siete divise nella Vita ma unite nell'Universo…e solo quando sarà madre capirà…"*, al fine di farmi comprendere la differenza esistente tra l'attaccamento che produce sentimenti egoistici ed il valore dell'Amore Universale, rivolto

incondizionatamente ed indistintamente a tutte le creature viventi!...

Ha mille facce il tradimento, tante quante ne ha il traditore, tante quanti i sentimenti che dentro di noi esso può generare.

Il tradimento ha un effetto fenomenico, come l'occhio di un ciclone che sembra lasciare tutto così com'era prima del suo passaggio e che, invece, osservando poi meglio la scena, essa appare quale visione catastrofica e apocalittica e che, nel momento che si genera, determina tonfi sordi e voli di polvere grigia che oscura lo sguardo e strozza il respiro. Il dolore fisico, morale e psicologico, provocato da un tradimento non è descrivibile, è un martello pneumatico che ti trafora il cervello incessantemente. Anche se è qualcosa di atroce per chi lo subisce, è una delle poche esperienze che ci riporta con i piedi ben saldi al suolo, che ci fa scendere dal piedistallo, che ci riporta dritti a noi stessi, che ci rende consapevoli dei nostri limiti e della nostra fragilità. Esso ci ricorda che niente, in questa

vita, è scontato e ci dà l'opportunità di vedere se siamo capaci di perdonare oppure no, se siamo abbastanza forti e solidi da riuscire a passarci sopra o se siamo pronti a ricominciare a vivere da soli. Il tradimento ci mette davanti ad un bivio importante che è quello dove si trovano due parti di noi che ci appartengono, la nostra parte egocentrica, che lo ha diffuso, estremamente fragile e la nostra parte che riesce a mettersi in discussione ed è pronta ad imbattersi nella sofferenza e nella riflessione, ovvero la parte più autentica, che non ha paura di confronti perchè non teme rivali.

Ma come riuscire a sopravvivere ad un tradimento?

Superato il primo momento di smarrimento che la situazione comporta ed aver dato sfogo a tutte le reazioni consequenziali, occorre analizzare il tradimento come un'opportunità per riflettere su ciò che ha concretamente determinato la rottura della propria relazione, su cosa si desidera veramente, trasformando questo dramma in

un'occasione per fare un viaggio interiore ed esplorare risorse nuove di cui non si conosce nemmeno l'esistenza, quindi ricostruire la ***fiducia in se stessi*** e soprattutto volersi bene ponendo ***l'autostima*** come virtù primaria.
Se il tradimento è una ferita, la cura è nelle nostre mani. Ed è quanto ho messo in pratica io per uscire dal baratro e risalire la china, trovando le motivazioni per poter continuare a vivere, nonostante tutto, in un percorso di crescita spirituale e di guarigione. Il tempo ha agito da intermediario e poi ***Le vie del perdono e dell'Amore*** hanno proseguito l'opera della mia ***Rinascita***, illuminandone il cammino e tagliandone il muro di gomma, nella consapevolezza che le stesse costituiscono le migliori armi per pacificare se stessi. Dopo che la ferita si è rimarginata, ciò che è rimasto è la cicatrice del ricordo, che non si potrà mai rivivere senza provare un'infinita e profonda tristezza o una sensazione di amarezza e di rimpianto che si prova di fronte al ricordo di un

lutto. ***Il tradimento è assimilabile ad una piccola grande morte, quella delle illusioni.*** Il segno indelebile che ci ha lasciato entra a far parte della nostra identità di sopravvissuti, a ricordarci che per essere come siamo diventati, abbiamo dovuto pagare un caro prezzo.

CAP.8)IL PERDONO

Tra vittima e carnefice, nessuno esce vincitore. Nel Karmico abbraccio dell'esistenza umana, ognuno è carico del proprio fardello che si cerca sempre di offrire all'altro per scaricarne il peso. Ma il fardello ritorna e i ruoli si invertono: il persecutore viene perseguito; il giusto si trasforma in aguzzino, la ruota gira intorno al mozzo e il carro affonda nella melma finché....finché una forza non giunge dal profondo dell'animo umano e dal centro del cuore divino a sanare il conflitto, equilibrare le parti, a fonderle in estrema sintesi. Questa forza è il ***Perdono****!* Il dono d'amore, il patto indissolubile tra Dio e gli Uomini, tra Creatura e creato, tra Sé spirituale e personalità. Ognuno perdona all'altro ciò che non è, ognuno riconosce nell'altro ciò che anch'egli è, entrambi si ritrovano integri, completi, nell'espressione sintetica. L'oscurità celata nel "nemico" è la nostra ombra che vogliamo scacciare, ripudiare, combattere. Più la neghiamo e più ricompare

sotto altra forma finché non viene "perdonata" nell'altro e quindi accettata in noi, per svelare, in quell'istante, la propria luce.
Il perdono ci rende uguali poiché ci si riconosce nell'apparente diversità dell'altro. È come quando ci guardiamo allo specchio e il lato destro ci sembra quello sinistro o il diritto ci appare rovescio. Un'immagine illusoria, sdoppiata dalla specularità, contraria a ciò che riteniamo di essere e, quindi, ostile. Un'icona che solo il perdono, ossia, il riconoscimento dell'uguaglianza, rivelazione della realtà essenziale, può ricomporre in Unità.
Il perdono è strumento d'interazione armonica tra l'individuo e la collettività. Il processo di riappacificazione libera, infatti, la cooperazione creativa, sulla base di un'equità sostanziale. Il perdono rinsalda i rapporti, produce sintonia, unione, inclusività. ***Non c'è perdono senza Amore,*** l'uno implica l'altro.
Gesù insegnò che dobbiamo amare e perdonare i nostri nemici e lo dimostrò quando perdonò

coloro che lo crocifiggevano("*Padre, perdona loro, perché non sanno quello che fanno"*).
Il perdono richiede un ***grande sforzo***, emotivo ed intellettuale e non dovrebbe, dunque, essere confuso con la timidezza o la debolezza morale. Chi perdona non è chi non vuole assumersi la responsabilità di punire, correggere, vendicare, non è chi vuole necessariamente chiudere un occhio sulla realtà che lo fa soffrire, lasciando correre e guardando oltre: ***perdonare non significa cercare di dimenticare l'offesa*** ricevuta, ma solo fare in modo che essa, pur permanendosi nel ricordo, non provochi più dolore.
La dimenticanza, infatti, non equivale al perdono. Il perdono implica la propria liberazione da un nemico interno, costituito dall'odio. ***L'odio***, come l'amore, è un sentimento molto forte, che può legare indissolubilmente ad una persona e che, dunque, fa sì che colui che ha offeso sia sempre nei pensieri dell'offeso, nei ricordi e nei progetti di questi. ***L'odio crea una dipendenza.*** Per questo, dal punto di vista

psicologico, il perdono viene considerato un valido strumento terapeutico: permette di lenire la sofferenza, di riguadagnare la fiducia in se stessi, e spesso di ristabilire relazioni interrotte fra due persone, attraverso una rinegoziazione delle regole e del rapporto.*"Il perdono è santità: col perdono l'universo si mantiene unito. II perdono é la forza del potente; il perdono é sacrificio, il perdono é pace dell'anima, il perdono e la dolcezza sono le qualità possedute da chi é padrone di se stesso".(**Mahatma Gandhi)***

Nella lunga sequenza delle nostre vite conduciamo il gioco delle parti, scambiandoci nei vari ruoli. Ci mascheriamo da angeli o demoni, feroci briganti o nobili cavalieri, ma gli uni e gli altri albergano in noi. Attraverso il ***perdono***, verso noi stessi e gli altri, ***prendiamo coscienza della dualità*** apparente che separa Abele da Caino, la vittima dal carnefice, il bene dal male, lo Spirito dalla Materia, e procediamo verso quella realizzazione interiore che apre i cuori alla pacificazione fraterna.

E il ***Perdono,*** attuato verso coloro i quali mi avevano distrutto l'esistenza, vuoi moralmente vuoi fisicamente, ha costituito il più bel ***dono*** che abbia potuto fare a me stessa, restituendomi la capacità e la libertà di Amare, in maniera più consapevole.

CAP.9) LA FEDE

Il significato principale della parola *"**Fede**"* (traduzione dal greco *πιστις*, **pistis**), si riferisce a colui che ha fiducia, che confida, che si affida, la cui persuasione è salda; dunque per fede, nell'accezione comune, si intende il credere in qualcosa o qualcuno, o per meglio dire la credenza nel potere della "Divinitas", trascendendo le barriere della logica razionale, al di là dei convincimenti personali**.**

La fede è uno dei perni essenziali nella scala dei Valori Umani ed in tutte le religioni è stata considerata un dono di Dio.

La fede è credere nella parola del "Maestro", seguirla e viverla fino in fondo per incontrare,

alla fine della strada, la propria evoluzione. I cercatori della Verità, cristiani, mistici, alchimisti, hanno affrontato molto chiaramente tali percorsi di perfezionamento in maniera più o meno consapevole e ciò indipendentemente dal fatto che essi abbiano percorso una via interiore o che piuttosto abbiano messo in atto la loro fede in una dimensione più sociale o se – nel senso di un "cristianesimo pieno" - abbiano unito entrambi gli aspetti. Da millenni in molte culture si è alla ricerca del ***superamento della lacerazione interiore dell'uomo***, come ad esempio il processo attuato dagli alchimisti taoisti. Per questa ragione gli uomini possono comprendere più facilmente questo percorso, in particolare se lo fanno comparando le diverse forme di yoga (la parola indiana "yoga" significa anch'essa ***"riunione"*** con l'origine).

Sono nata in una famiglia che mi ha inculcato, fin dalla nascita, il valore della"***Fede***", quale unico sentimento salvifico per la remissione dei peccati, attribuito nello specifico al cattolicesimo,

per l'appartenenza religiosa a questo credo. La risonante cantilena della recitazione dei lunghi rosari, le interminabili preghiere in latino e in italiano, il "Timor di Dio" e la paura dell'Inferno, quale punizione del peccato, sono stati il frutto dell'educazione datami da mio padre, ancora molto vivida nella mia memoria, unita alle militanze in ambito cattolico, perpetuate in permanenze di tanti anni in Istituti ecclesiastici (preponderanti i collegi di suore) per la mia formazione unilaterale, esclusiva e settaria, in termini fideistici.

La convinzione che la "Fede" in un Dio trascendente, unico artefice della Creazione e delle sue Creature, arbitro degli Umani destini, nonché insindacabile dispensatore di poteri taumaturgici, rappresentasse la spinta vitale di forza e di speranza, ha sicuramente costituito l'ancora di salvataggio per superare i dolorosi eventi frapposti nel mio percorso ed è stata in quel contesto, per certi versi, l'arma di risoluzione più efficace ed infallibile. Ma allo

stesso tempo l'ombra del dubbio ha fatto da cartina di tornasole, facendo leva sulle mie fragili certezze, costruite sul credere in assunti dogmatici senza alternative, provocando spesso "crisi" o perdite della stessa fede, lasciando spazio alla ricerca introspettiva per colmare il vuoto che ne derivava.

La fede e il dubbio sono come la luce e l'ombra, ed è la natura dell'anima che attrae tanto la fede quanto il dubbio, perchè tra loro vi è una costante lotta.

Ci si chiede allora: come trovare la fede e come svilupparla?

La risposta, che ciò possa avvenire, proviene da un'approfondita analisi introspettiva che ciascun Essere Umano può compiere, valicando le barriere del pregiudizio e della diffidenza, per separare la sfera dello spirito dalla materia, il mondo fisico (di cui si percepisce l'esistenza tramite la percezione sensoriale) da quello metafisico, comprensibile a livello coscienziale, grazie all'ascolto della voce del "Cuore".

Ecco quanto afferma il noto filosofo **Norberto Bobbio** a proposito della fede: *"IO non sono un uomo di fede, sono un uomo di ragione e diffido di tutte le fedi, però distinguo la religione dalla religiosità. Religiosità significa per me, semplicemente, avere il senso dei propri limiti, sapere che la ragione dell'uomo è un piccolo lumicino, che illumina uno spazio infimo rispetto alla grandiosità, all'immensità dell'universo. L'unica cosa di cui sono sicuro, sempre stando nei limiti della mia ragione - perché non lo ripeterò mai abbastanza: non sono un uomo di fede, avere la fede è qualcosa che appartiene a un mondo che non è il mio - è semmai che io vivo il senso del mistero, che evidentemente è comune tanto all'uomo di ragione che all' uomo di fede. Con la differenza che l'uomo di fede riempie questo mistero con rivelazioni e verità che vengono dall'alto, e di cui non riesco a convincermi. Resta però fondamentale questo profondo senso del mistero, che ci circonda, e che è ciò che io chiamo senso di* ***religiosità****. La mia è una religiosità del dubbio, anziché delle risposte certe. Io accetto solo ciò che è nei limiti della stretta ragione, e sono limiti davvero*

angusti: la mia ragione si ferma dopo pochi passi mentre, volendo percorrere la strada *che penetra nel mistero, la strada non ha fine. Più noi sappiamo, più sappiamo di non sapere".*

Sia in Oriente che in Occidente, è possibile ravvisare un cammino che, nel corso dei secoli, ha portato l'umanità a incontrarsi progressivamente con la verità e a confrontarsi con la stessa. È un cammino che si è svolto - né poteva essere altrimenti- entro l'orizzonte dell'autocoscienza personale: ***più l'uomo conosce la realtà e il mondo e più conosce se stesso nella sua unicità,*** mentre gli diventa sempre più impellente la domanda sul senso delle cose e della sua stessa esistenza;"*la forte incidenza che la filosofia ha avuto nella formazione e nello sviluppo delle culture in occidente non deve farci dimenticare l'influsso che essa ha esercitato anche nei modi di concepire l'esistenza di cui vive l'oriente. Ogni popolo, infatti, possiede una sua indigena e originaria saggezza che, quale autentica ricchezza delle culture, tende esprimersi e a maturare anche in forme*

prettamente filosofiche."(da alcune riflessioni tratte dall'enciclica di Giovanni Paolo II "Ratio e Fides").

Per quanto concerne la personale esperienza del mio percorso, ***l'incontro con il Maestro spirituale indiano Sai Baba*** è stato determinante per avermi Egli fornito le chiavi di lettura, tramite la conoscenza della dottrina vedica, culla di millenarie saggezze, per comprendere questi sostanziali interrogativi dell'Essere Umano, quali ad esempio il concetto di **"Unità nella Diversità**", o ***di essere figli dell'Unico Dio***, gocce di un unico oceano, trascendendo le barriere di ogni fede e cultura.

Intrisa di dottrine e tradizioni da secoli a noi tramandate nella nostra cultura occidentale, concetti come ***Karma, (ossia legge di causa ed effetto), Reincarnazione, Unità del tutto e Servizio incondizionato reso al prossimo***, mi risultavano incomprensibili, né tantomeno l'indirizzo cattolico, che avevo ricevuto, mi consentiva di approfondire tali tematiche. È

comunque insito nella natura dell'Uomo il tema della "ricerca", vuoi che essa sfoci in campo razionale vuoi che in quello spirituale, per trovare un equilibrio psicofisico, atto a colmare le infinite carenze o dare risposte agli infiniti dubbi di carattere esistenziale. A volte succede, che dopo anni di salti nel buio, nel seguire ciecamente schemi e luoghi comuni, che ti sono stati conculcati dalla sfera politico-religiosa militante, all'improvviso si accenda una lampadina che ti fa comprendere che la "Luce" esiste e Tu vuoi vederla !

Così nel sentire quanto veniva rappresentato in merito alla Vita, alle opere ed alla dottrina professata da Sai Baba, che si fonda sull'osservanza dei 5 valori Umani, Universali ed inviolabili quali: ***Verità, Amore, Rettitudine, Pace e Non Violenza,*** si produssero in me mille riflessioni fino a paragonare questo" Maestro" ad un "novello Cristo", disceso sulla terra in questa Era di confusioni e di caos, che, oltre a quanto Egli andava asserendo, moltiplicava il

cibo, resuscitava i morti, attuando guarigioni fisiche e spirituali, mostrando continue prove di possedere attributi divini quali ***l'Onniscienza, l'Onnipotenza, l'Onnipervadenza.*** Una successiva riflessione fu di ordine religioso in quanto la mia educazione cristiana, cattolica osservante, mi portava a pensare con diffidenza e cautela che tutto ciò facesse parte di un'altra religione, per questo l'impedimento iniziale di approfondimento di tale conoscenza era fuorviante**.** Tuttavia appena appresi che ***Sai Baba non apparteneva ad alcuna fede,*** che anzi non ne aveva mai diffuso alcuna in particolare, ponendosi addirittura con grande rispetto e devozione nei confronti di ogni credo, considerato strumento per giungere all'Unica Verità che è ***Dio, l'Assoluto***, uguale per Tutti, senza nome e senza forma, ogni mia reticenza si è dissolta.

"Esiste una sola Religione quella dell'Amore,
esiste un solo linguaggio quello del cuore, esiste una sola casta quella dell'Umanità, esiste un solo Dio che

è dappertutto". Questa sua affermazione e' incisa in una stele all'ingresso del suo Ashram a Puttaparti e porta i simboli delle più' note religioni dal nome ***Sarvadharma*** .Su tali basi ho compreso la sostanziale differenza che esiste tra i concetti di ***Religiosità e Spiritualità***, che, per ignoranza, non conoscevo, identificandoli in una unica realtà.

Per "***Religiosità"*** si intende il Sentimento del sacro, del soprannaturale, di fede nella divinità, collegata alla parola ***Religione*****,** dal latino re-ligare = unire, quindi Ri-unione, un complesso di credenze di uomini che si rapportano con Dio (l'Essere invisibile che domina il mondo sensibile). Tale rapporto normalmente viene mediato da un'organizzazione clericale o similare, che indica i dogmi di fede, le regole, le dottrine e gli insegnamenti, elaborati in conseguenza di una rivelazione divina, da parte di un Maestro;

La Spiritualità**,** invece, quale motore dell'**Essere,** segue i dettami che gli giungono dalla Scintilla

divina, presente nel suo Sé interiore e, quindi, rappresenta l'intima e diretta relazione con Dio.
Da sottolineare che la ***Religione*** evidenzia la ***dualità del rapporto tra l'Uomo e Dio***, come due esseri distinti e separati, mentre ***la Spiritualità*** pone come prerogativa ***l'Unità***, la non dualità, (in sanscrito: "Advaita"), di tutta l'esistenza e la fusione nella Coscienza dell'Assoluto.
La Spiritualità è sinonimo di solitudine ed introspezione: ricerca di Dio in noi, Unità con Lui. Questo atteggiamento l'ho ritrovato nelle mie radici cristiane, quando il ***Maestro Gesù*** afferma in maniera consapevole che "***Il Regno di Dio è dentro di Noi".***
Seguendo le orme di Gesù, nella sua connotazione di ***"Cristo Cosmico",*** relegato nella sua duplice Natura, "Umana e Divina", si giunge ad un punto di incontro tra le correnti di pensiero di Oriente ed Occidente, percorrendo una via reale che indica un segnale, a mezzo del quale gli uomini possano tornare a ***Rimembrare***, cioè a riacquistare le loro caratteristiche

originarie, quali membri di un unico sistema,*"**Ut omnes unum sint**"("**affinchè tutti siano Uno"**),* ovvero della stessa sostanza del Padre.
Una relazione interiore dell'uomo con "Cristo" e con Dio può avvenire tramite ***il silenzio, la meditazione e la preghiera, grandi strumenti per sintonizzarsi con il "Divino".*** È questa l'unica strada percorribile per giungere ad una Spiritualità Universale, che unisca tutti i figli dello stesso Padre. È questo il momento del superamento dei dogmatismi religiosi.
In virtù di questa personale convinzione, maturata nell'elaborazione dei miei percorsi introspettivi, promuovo attivamente, da più di 20 anni, tramite una rete di volontariato, che ho costituito: *"**Il Mandir della pace**"* (la parola ***Mandir*** in sanscrito vuol dire "Tempio"), iniziative atte a risvegliare la consapevolezza in ciascuno di noi al fine di sviluppare una ***Cultura di Pace,*** ponendo in risalto il valore del dialogo interreligioso, sull'esempio di ***Francesco d'Assisi***, simbolo di Fratellanza Universale, ***per***

una Cooperazione tra tutti i popoli dall' Oriente all' Occidente. Sentire in me il dovere e la responsabilità di impegnarmi sui temi del "***Dialogo***", è stato quando ho capito che tutti noi siamo responsabili del tessuto umano e che è possibile un cammino insieme, liberandoci dai pregiudizi e dall'egoismo di credere che ciascuno di noi tutti sia il vero possessore della Verità.Il messaggio eterno di qualsiasi Religione è la ***Realizzazione del Sé*** ed il suo scopo essenziale è di aiutare l'Essere Umano a sviluppare il suo più alto potenziale. ***La Spiritualità*** deve essere un'aspirazione cosciente per stimolare un serio impegno individuale e si dimensiona come "***Movimento consapevole***", destinato a radicarsi nel sociale, esercitando un enorme ascendente sull'economia, sulla politica, sulla medicina, sulla psicologia, sulla religione intesa come ricongiunzione dell'uomo al divino, nell'affrontare in maniera costruttiva il problema centrale dell'esistenza: ***le diversità di espressione come realizzazione della stessa***

Unità. La vera essenza sta nel comprendere che non è il mondo ad essere diviso, ma è la ***Coscienza umana*** che ha bisogno di separare per fare una propria esperienza del mondo. Ogni divisione, apparentemente in opposizione, appartiene alla stessa Unità: ***l'Amore, la tolleranza, la solidarietà*** rappresentano l'unico collante in grado di realizzare una coesione tra le coscienze degli uomini per avviare un autentico processo di pace

*"**Amatevi l'un l'altro come fratelli"...***

In questo processo fra ***dualismo*** *e* ***non-dualismo***, si manifesta tutto il gioco della vita e della coscienza.

CAP.10) LA GIUSTIZIA-LA POLITICA

Nell'immaginario collettivo della società contemporanea la giustizia è quel valore socio-giuridico, tradotto in azioni di riconoscere a ciascuno ciò che gli è dovuto. Quando parliamo di giustizia pensiamo immediatamente ad una giustizia punitiva, che produce sofferenze per rispondere a delle sofferenze inferte o ad un crimine non risolto. L'anelito ad ottenere giustizia per i torti subìti, per ristabilire un senso di equità, che implichi la liberazione da ogni male, è stato ed è da sempre nel cuore della speranza di tutta l'umanità.

La condizione umana, purtroppo, deve fare i conti da sempre con il suo opposto: ***l'ingiustizia,*** che sovrasta incontrastata da poteri di sovranità egoica. La vita individuale e collettiva, in Italia non meno che nelle altre parti del mondo, è devastata dalla "gravità dei problemi posti dalla **corruzione** e dalla minaccia che essa costituisce per la stabilità e la sicurezza delle società, minando le istituzioni ed i valori democratici, i

valori etici e la giustizia e compromettendo lo sviluppo sostenibile e lo stato di diritto"
Tra tanti mali che affliggono l'umanità uno dei più gravi è dunque ***la corruzione***, alla quale si associano ***le ingiustizie sociali***. E se poi dovesse esistere un diritto globale contro la corruzione, mentre in altri settori, quale quello dei mercati finanziari, se ne lamenta l'assenza, perché gli uomini e gli stati sembrano attanagliati e resi impotenti da questa piovra che colpisce i loro gangli vitali? E perché sia le democrazie, sia gli stati totalitari, sia i regimi di sultanato ne sono comunque vittime tanto da rimanere incapaci a risolvere i problemi della crisi economica e delle ingiustizie sociali ?
Sin da bambina, essendo cresciuta, come ho già detto, con una rigida educazione di un padre militare, nonché di osservante cattolico, ho sempre avuto molto chiara la scala dei "valori " che regolano le leggi dell'umanità, improntata sulla ***Centralità dell'Essere Umano*** ed *il* ***rispetto della dignità umana***, strettamente connessa ai

suoi sacrosanti diritti, considerati fondamentali, universali, inviolabili, come il riconoscimento della libertà individuale nei limiti della non prevalenza della libertà altrui e di eguaglianza nella valutazione di meriti e demeriti delle proprie azioni. Nell'arco del mio vissuto sociale, ho attraversato in lungo e in largo il mare delle **ingiustizie**, vuoi per esserne stata colpita sul piano della rivendicazione di diritti civili non corrisposti dal sistema legale, vuoi indirettamente nell'osservare le varie realtà socioeconomiche nello svolgimento dei miei servizi di volontariato, di carattere umanitario, in paesi del Terzo Mondo, situazione riprovevoli che offendevano la dignità umana, reagendo sempre con rabbia e commiserazione per le promiscuità degenerative dell'animo umano. Ricordo alcune scene raccapriccianti, vissute in collegio nel periodo infantile.

Mi trovavo in un Istituto non per punizione educativa, ma per necessità familiari, dovute alla malattia di mia madre, essendo lei stessa

nell'impossibilità di potermi accudire personalmente. In questo luogo ero considerata "figlia di papà", (il quale non solo mi pagava la retta, ma provvedeva ad inviarmi generi per ogni mia primaria necessità), quindi, in qualche modo, "rispettata" per la mia condizione sociale più agiata rispetto ad altri ospiti della struttura. Dati i privilegi di cui godevo mi rendevo conto della discriminazione di trattamento rivolto verso i più disagiati, i soprusi cui venivano sottoposti, le vessazioni di ogni genere che subivano nonché persino le punizioni corporali che pativano ad opera di "pseudoeducatori", tutt'altro che rispettosi dei loro modelli istituzionali religiosi, loro che avrebbero dovuto essere l'incarnazione dell'Amore !

Una volta, per aver consolato e difeso una bambina di colore che era stata punita per futili motivi e legata alla zampa di un tavolo per trascorrere la notte in quelle condizioni, mi presi un sacco di bacchettate sulle mani.

"Il sentimento di giustizia è così universalmente connaturato all'umanità da sembrare indipendente da ogni legge, partito o religione," così definiva ***Voltaire*** l'ordine virtuoso dei rapporti umani in funzione del riconoscimento di un "dovere" e di un "diritto" che coinvolge chiunque appartenga a una certa comunità, in senso riduttivo, e ogni persona umana in generale, in senso estensivo.
I miei studi umanistici e filosofici mi riportano ad alcune concezioni di giustizia che si affermarono nel passato: dai presocratici a Pitagora e Platone. In esse l'idea di giustizia andava indissolubilmente connessa con il concetto di una necessità di appartenenza connaturata all'Essere umano e che, nell'ambito di un'assoluta Unità tra necessità fisica e necessità morale, si esprimeva attraverso ***il concetto dell'Armonia universale***. Aristotele affermava invece con i suoi princìpi di giustizia ed equità, una distinzione fra una giustizia distributiva e una giustizia commutativa. Il pensiero greco partiva dall'idea che giustizia e moralità fossero sinonimi o strettamente collegati. ***In campo re-***

ligioso l'arbitro di giustizia è Dio, e per volontà divina, i suoi rapporti con le creature sono conformi alla loro natura e alla giusta relazione con il Creatore, cui si collega la concezione ebraica, che considera la giustizia come indissolubilmente connessa con l'idea di provvidenza divina che opera attraverso la storia.

Il totale capovolgimento lo ha operato l'insegnamento evangelico, secondo il quale l'idea della giustizia, strettamente legata alla concezione del regno dello spirito, viene determinandosi, nei suoi contenuti, in relazione al concetto di **Caritas**, con la conseguenza di una svalutazione, non soltanto del legalismo, ma addirittura dell'idea della giustizia, nel suo peculiare contenuto, come dimostra ***il principio essenziale del non giudicare.***

In quest'ottica viene così travolta anche la concezione romana, che collega l'idea di giustizia a quella di Autorità, considerata quest'ultima, creazione di un'attività umana tesa a dare a cia-

scuno il suo nella prospettiva di un'opera pacificatrice della vita sociale.
È chiaro che ***non c'è Pace senza giustizia***, la sete di giustizia grida vendetta, ma per far sì che i conflitti si appianino in sua assenza, deve trattarsi di una giustizia che non abbia solo requisiti legali di restrizioni o di retribuzioni, in termini civili o penali, nel tutelare i princìpi etici di un popolo o di una singola Nazione, occorre capire che la ***Giustizia è una risposta alle contraddizioni, alle iniquità, alle discriminazioni,*** come prassi della tessitura di una convivenza armonica con tutto il Creato, che non può fermarsi al modello di soggetto storico che abbiamo costruito per seguire una logica di divisione e di dominio, ma deve implicare quel cambiamento antropologico ed etico radicale che trasfigura il modo in cui viviamo la condizione umana: ***dalla logica della sopraffazione e della mera sopravvivenza*** bisogna passare alla ***logica della Condivisione, della Solidarietà, della responsabilità collettiva*** nel riconoscere l'appartenenza ad un unico Padre.

Nel tempo l'umanità si è divisa a seconda della cultura, della politica, della religione o di qualsiasi altro aspetto adatto a marcare una differenza e di tutto ciò che succede in ogni tipo di relazione con l'alterità, ma se non impariamo a riconoscere la vera identità dell'Essere umano, nella sua dignità di Essere vivente, non possiamo pensare di arrivare a riconoscere ed accogliere i valori che provengono dal ***Rapporto Uomo-Natura- Animale- Ambiente***.

Trovare nella diversità i punti d'incontro e riunire gli sforzi per aggregarsi nel paziente lavoro di masticare e digerire (trasformare) le miserie e le sofferenze fino a renderle un amalgama uniforme e coeso di "***Umanità Una,*** "con cui cementare i mattoni della speranza, operando per la pacifica convivenza dei Popoli della Terra che si riconoscono vitalizzati dallo stesso sangue ed animati dalle comuni istanze di libertà e uguaglianza.

Le società di oggi sono caratterizzate da ***pluralismo di valori***; infatti in esse coesistono differenti culture e gruppi sociali, ma è indispensabile in-

dividuare fondamenti comuni per poter progredire verso una armoniosa convivenza. Quantunque obiettivi e valori siano certamente molti, tutti fanno sempre riferimento ***all'Uomo.*** È possibile perciò costruire un equilibrio sociale che non comporti prese di posizioni autoritarie e che abbia come scopo quello di ***riunire le diverse visioni del mondo.*** Nella pluralità di identità e di autonomie e quindi, obiettivamente, un ***moltiplicatore di conflittualità***, ciò rappresenta un serio rischio alla convivenza, al di là delle invocazioni e delle reiterate azioni pacifiste.

Al concetto di ***Multiculturalità***, che già da tempo le istituzioni europee ritengono uno degli obiettivi principali di sinergia con iniziative regionali e nazionali in campo educativo e formativo, deve associarsi il sostantivo *"**Unità**"*, per porsi nella prospettiva del riconoscimento della distinzione, nella consapevolezza ***dell'Unica matrice Umana***, legata alla ***Fraternità Universale.***

Ciò ha conseguenze dirette sulle relazioni sociali, sulla libertà individuale, ma anche sui rapporti

con le regole, i diritti e le prescrizioni tipiche di un Paese che possano essere colte in una prospettiva di reciprocità.

Le nozioni di Multiculturalità e di Unità, inoltre, sono portatrici di esigenze più larghe che superano la comunità Nazionale e guardano, per includerla in se, alla ***Solidarietà internazionale***.

Non si tratta quindi soltanto di partecipazione e di responsabilità civiche, ma di stabilire relazioni, di vivere insieme. Il sistema mondo globalizzato, infatti, non ha eliminato le culture locali ma anzi vede crescere in tutto il mondo una proliferazione di nuove identità culturali, politiche, religiose sentite come specifiche e vissute.

Dunque ***la Multiculturalità*** non è un qualcosa a se stante, ma un ***qualcosa in progressivo divenire***, di un insieme di comunicazioni e di relazioni tra individui e gruppi responsabili: una realtà in movimento, attraverso cui i cittadini consolidano il senso di appartenenza ad una cultura e ad un popolo nella prospettiva dell'appartenenza alla

Famiglia Umana e nell'apertura alla scoperta delle ricchezze dell'alter. Di fronte ad un pulviscolo di culture, etnie, differenze, conflitti religiosi, dobbiamo considerare propaganda ***l'Universalismo e la Cittadinanza Universale***.

La Religione vista come espressione dell'interiorità, "infusa di sentimento", una fede che conta, che conforta, che sorregge, vincola, benedice, chiarisce, rigenera, salva, redime, riconcilia, è degna del suo nome. Tuttavia non sempre è necessario giungere a tanto **!**

C'è bisogno di una nuova politica: una politica che nell'autoaffermazione etnica, religiosa, di razza, linguistica o regionale non veda una mancanza di ragionevolezza arcaica, da reprimere o superare, una politica che sia in grado di affrontare questi generi di espressione collettiva. Una politica che analizzi criticamente la realtà e la ordini. Il successo di questa politica dipenderà dalla capacità di trovare le molle che fanno scattare la differenziazione o la divisione delle identità. È necessario, quindi, arrivare ad

una migliore interpretazione della Cultura all'interno della quale la convivenza umana avviene attraverso atteggiamenti critici verso modi di pensare che riducono le cose a uniformità, omogeneità, concordanza di vedute e consenso.
È, perciò, importante vedere di dare un posto a concetti quali divergenza, varietà e disaccordo.
I paesi non vanno intesi come unità perfettamente integre. Per molti paesi questa concezione di ***Universalismo*** sembra essere un ennesimo tentativo di imporre con la forza al resto del mondo i valori occidentali: un seguito del colonialismo con altri mezzi. ***Per contro*** i paesi poveri oppongono resistenza alla pretesa di universalità dei diritti dell'uomo affermando che non sarebbero applicabili alla loro cultura, ma sarebbero stati inventati dai paesi più ricchi per rendere vano lo sviluppo di quelli più poveri. Tutto ciò che riguarda il campo del religioso, della fede, di Dio, il campo della "spiritualità" è bandito dalla vita quotidiana, relegato in margine

all'esistenza. Tutto il settore spirituale viene così respinto.
Regole per raggiungere ''***LA MATURITA' SPIRITUALÈ'***
- È quando si smette di cercare di cambiare gli altri e ci si concentra per cambiare se stessi.
-È quando si accettano le persone così come sono.
-È quando capisci che tutti hanno ragione nella propria prospettiva.
-È quando si impara a "lasciare andare".
-È quando si è in grado di non avere "aspettative" in un rapporto, e ci si dona per il bene di donare.
-È quando capisci che ciò che si fa, lo si fa per la propria Pace.
-È quando si smette di dimostrare al mondo, quanto si è intelligente.
-È quando non si cerca l'approvazione degli altri.
-È quando si smette di confrontarsi con gli altri.
-È quando si sta in Pace con se stessi.
-Maturità spirituale é quando si è in grado di distinguere tra "bisogno" e "volere" ed in grado

di lasciare andare il suo volere.
E per ultimo, ma più significativo! Si guadagna maturità spirituale quando si smette di allegare "felicità" a cose materiali. L'uomo contemporaneo respinge **il senso del trascendente**, che è scritto nella sua umanità, poiché la relazione con Dio fa parte dell'uomo. Il risultato è: una nuova nevrosi, quella prodotta dal silenzio intorno a Dio. Ecco, quindi, la nostra profonda ferita. Non sarebbe proprio questa la nevrosi del nostro tempo ? **La nuova nevrosi è spirituale**. È qui che bisogna guarire.

CAP.11)RICCHEZZA E POVERTÀ

Il divario ricchezza-povertà, le disuguaglianze sociali nel mondo sono un evidente dato di fatto che affligge la società attuale. ***La logica del profitto*** ha sovvertito la nostra società, una società dove le relazioni umane si fondano sempre più sulla menzogna, inquinando in modo intollerabile i valori del rispetto e della qualità della vita. Ci troviamo di fronte ad un mondo diviso in frammenti, in conflitto tra loro, inconciliabili l'uno rispetto all'altro, in lotta per la sopravvivenza: è una prospettiva terrificante.

Ci si chiede quale sia la causa che determina i contrasti e le differenze irriducibili e di conseguenza l'incomunicabilità, nonostante tanta diffusa tecnologia, in particolare tra i due emisferi *d' **Oriente e d'Occidente.***

È possibile che l'impegno per sviluppare al massimo le potenzialità tecnologiche abbia fatto trascurare alle grandi potenze, implicate nella gestione del denaro pubblico, la necessità di realizzare, in parallelo, delle coordinate di

pensiero trasmissibile, a livello scientifico, culturale, etico, sociale, di comprensione universale?
Forse non è possibile riportare l'equilibrio nel mondo con il solo pensiero o tanto meno con la ricerca, ma si potrebbe tentare di mettere le cose in ordine, onde evitare che il peggio accada.
Una probabile soluzione potrebbe essere rappresentata dal fatto che nella storia delle Comunicazioni e delle relazioni interpersonali si rovesci questo tipo di rapporto per far sì che si espanda una "***Coscienza di massa***", che conduca ad un livello di ***Società spirituale***, in cui si possa riuscire a comprendere il concetto che tutto è "Interconnesso", e che il presunto insieme è già interamente collegato.
La globalizzazione significa interconnessione a sempre maggiore distanza, anche all'interno di confini nazionali e tra continenti in una vastissima gamma di aspetti. La dimostrazione che l'attuale sistema economico sia sbagliato è sotto gli occhi di tutti: basta vedere gli effetti concreti pro-

dotti sui comportamenti degli uomini e, come conseguenza, i disastrosi squilibri ecologici e sociali. ***Contrastare la povertà, ridurre le disuguaglianze,*** creare le condizioni per una vita buona, è una battaglia morale, ma può anche essere un investimento per il futuro. La direttiva più costruttiva ed efficace per una soluzione ottimale sarebbe quella di far sì che i popoli più arretrati e poveri diventino autonomi e produttivi: non dando loro viveri e beni (anche se aiutare i bisognosi è doveroso), ma più che altro fornendo loro delle risorse economiche sufficienti per intraprendere un cammino verso una nuova era, che potrà culminare con la realizzazione di un nuovo modello economico-sociale, basato sul lavoro, che possa garantire a tutti una retribuzione che permetta di svolgere una vita libera e dignitosa. Su questi princìpi, di grande spessore educativo e morale, ho avuto modo in India, a Bangalore, di conoscere l'operato di una missionaria salesiana, Madre Nancy Pereira, che ha instaurato la Banca dei Poveri, un sistema creditizio che permette a nullate-

nenti di accedere a finanziamenti che nessuna banca avrebbe concesso senza garanzie di base.
La sua filosofia ricalcava un antico proverbio: *"Se dai un pesce a un povero mangera' per un giorno. Se gli insegni a pescare mangera' per tutta la vita"*.
Suor Nancy ha dato vita a questo sistema prima ancora di conoscere La Grameen Bank, l'istituto del microcredito fondato nel Bangladesh dal Nobel per la Pace, Muhammad Yunus.
L'economia, quella di benessere autentico, di Servizio e d'Amore è la sapienza di un popolo nel sapersi organizzare per produrre e distribuire, in modo equo, efficiente e dalle risorse disponibili, i beni utili di cui ha bisogno nel pieno rispetto dell'ambiente. L'economia se opportunamente conforme ai principi di eguaglianza, solidarietà, mutualità, ed eticamente applicata agli stessi, riempirebbe le nostre vite di benessere perché un economia perfetta si fonda sulla condivisione e sulla reciprocità, dove ogni singolo cittadino non è servo di nessuno, ma tutti sono gli uni al servizio degli altri."*Love all, serve all*", (Ama tutti, ser-

vi tutti), proclamava Sai Baba nel sottolineare il valore del servizio reso al prossimo! "Vivere spiritualmente non significa lasciare la casa e dimorare in un luogo solitario***; condurre una vera vita spirituale vuol dire considerare l'umanità intera come una sola famiglia*** realizzando l'unità nella diversità e vivendo con altruismo ed amore. Non impegnatevi ad ammassare ricchezze; dedicatevi invece al servizio altruistico per guadagnarvi un credito nella banca di Dio."

CAP.12) STRATEGIE E PIANI PER UN MONDO PROSPERO E IN PACE

Ebbene, la strategia sarà molto dura da attuare perché dall'altra parte della scacchiera c'è il mondo, pronto a fare la mossa migliore per contrastarci. ***COMPASSIONE***: Una chiave per questo tempo di transizione- Non è facile definire la compassione ma forse prima dovremmo capire cosa significa tempo di transizione.

Molti Esseri, nel tempo, già si sono occupati della transizione dimensionale. Esiste una vasta lette-

ratura su questo tema, che è stato divulgato attraverso Maestri, medium, veggenti, profeti e anche religiosi. La transizione è un avvenimento cosmico che coinvolgerà tutto il nostro sistema solare, la galassia e, infine, tutto l'universo; e di tutti gli organismi cosmici che sono coinvolti, certamente l'umanità è quello meno preparato a questo evento. Pertanto non dipende dalla persona credere oppure no; è un evento che già è stato previsto e programmato da millenni e niente impedirà o cambierà il corso degli avvenimenti. Per poter partecipare a questa transizione occorre entrare in un processo di accelerazione tale da permetterci di agganciare la frequenza più alta che si possa provare su questo pianeta.

Come è possibile accelerare? Eliminando ogni blocco energetico determinato dal nostro emotivo negativo e permettendo così alle energie congestionate di scorrere più velocemente.

Dove ci porterà questa velocità? Ad agganciare il livello di amore più alto possibile qui: *la* ***Compassione***. Grandi esseri come il ***Cristo e il Buddha*** **e**

anche S. Francesco ci hanno mostrato come vivere questa "eccezionale qualità".
Per delinearla con semplicità potremmo dire che
La compassione è pensiero senza attaccamento; significa che là dove ci si focalizza, perché per esempio abbiamo un progetto da realizzare, ebbene lì possiamo portare la nostra energia ma non essere attaccati al risultato (come Arjuna prima della battaglia finale davanti al Maestro Krisnha che gli dice: entra nel cuore dell'azione ma sii distaccato dai suoi frutti)sentimento senza distorsione: spesso purtroppo a causa dei nostri schemi, del nostro vissuto e dell'inconscio collettivo che influenza potentemente le nostre forme pensiero, viviamo sentimenti distorti e non nella loro matrice originaria. ***Così come nell'Amore*** che spesso scambiamo come un nostro bisogno.
Rimozione senza cambiamento: significa accettare ciò che siamo e che sentiamo così come è senza giudizio e senza volerlo per forza cambiare. L'accettazione incondizionata di tutto ciò che c'è ci apre la possibilità alla trasformazione dei limiti

che ci impediscono di vivere il livello di amore più alto che ci è stato donato. Inoltre la compassione è uno spazio di amore incondizionato ma anche di neutralità. Nella compassione si è fuori dal Dharma, quindi dal Karma.

Il risveglio interiore: E' Tempo di scegliere

Ora è giunto il tempo improcrastinabile per noi di scegliere in quale pianeta desideriamo vivere. Se fatto di pace e amore o quello che vediamo attualmente essere intorno a noi. Ognuno di noi può ora consapevolmente scegliere di rilasciare i vecchi schemi limitanti basati sulla separazione e il giudizio e muoversi verso la riconnessione con la Divina Sorgente. Per fare questo abbiamo bisogno di una frequenza di luce molto potente e che sia il ponte che ci ricongiunge con la Fonte.

Abbiamo sofferto abbastanza per imparare le nostre lezioni, ora che siamo più saggi e forti abbiamo compreso che è giusto smettere di giudicare ed aprirci all'amore incondizionato verso tutti i nostri fratelli. Se abbiamo veramente compreso questo possiamo lasciare la fase di apprendimen-

to della terza dimensione e muoverci verso uno stage di apprendimento di livello superiore basato sulla gioia, la pace, la creatività e l'amore incondizionato. ***Il risveglio interiore*** avviene o (almeno dovrebbe avvenire) in virtù di una consapevolezza di se sempre maggiore, conquistata giorno dopo giorno, nessuno può regalarci nulla, poiché l'acquisizione di coscienza è un percorso individuale. Un superiore livello di percezione e risveglio interiore, permette di sentirsi padroni della vita, di tutto quello che ci accade, sia in positivo, che in negativo, per accedere ad un livello successivo Lottiamo continuamente per cambiare il mondo esterno, ma la lotta e lo sforzo continuo di per se, è un conflitto che cerca di trasformare ciò che è, in qualche cosa che si desidera sia, una vera distrazione dall'obiettivo interiore. Qualsiasi forma di conflitto o di lotta è distrazione, e la distrazione esiste finché psicologicamente si desidera trasformare ciò che è in qualcosa che non è, la vera trasformazione deve essere interiore e non esteriore, se io cambio interiormente, ciò che mi

circonda cambia di conseguenza. Il risveglio può avvenire solo **alimentando la consapevolezza** di **Se,** il vivere nel presente, un compito che non possiamo delegare a nessun'altro il lavoro su noi stessi deve essere costante, non lasciato al caso, non si tratta di credere per fede, ma di apprendere e poi sperimentare su se stessi, una trasformazione radicale del Se, dell'io, permette di accedere a Verità di ordine superiore a quello intellettuale. La società e il senso comune, non permettono l'accesso a tali verità, in quanto è fondata sulla separazione fra sperimentatore e realtà sperimentata. E' risaputo che alcune reazione chimiche in laboratorio non avvengono senza la presenza del chimico, la coscienza influenza il risultato, poiché non esiste una vera separazione tra dentro e fuori. "Sentire la propria famiglia dire: Sei cambiato, non sei più quello di una volta, è un segno positivo! altrimenti sarebbe una vita sprecata nella stagnazione. Si tratta di prendere consapevolezza della schiavitù di un sistema di pensiero massificato, comprendere che il vero potere è nella tra-

sformazione interiore, spogliarsi dei vecchi schemi. La maggior parte delle persone, vive di speranze e di immaginazione, sia nella fede che nella mancanza di fede, cerca un appoggio che gli consenta di agire in un determinato modo, alla continua ricerca di un maestro (qualcuno ha effettivamente bisogno di questa figura che gli dica cosa deve fare) ma per molti altri non è più necessaria. In questo periodo di messa in discussione di tutti i dogmi che la edu-castrazione formale ci ha insegnato, può essere anche corretta una tensione psicologica, necessaria per la comprensione, l'evoluzione interiore, e per uscire da uno stato di ipnosi. La piena consapevolezza non è data da un'intensità eccessiva, ma da una giusta tensione, solo quando la tensione interiore non viene canalizzata in modo appropriato conduce a difficoltà psicologiche di salute e squilibri. Chi vuole aiutare ***il risveglio del pianeta***, sono uomini e donne dalla coscienza particolarmente aperta, alcuni sono già attivi da tempo, sono fortemente attivi, altri non hanno ancora consapevo-

lezza di cosa devono fare, e si guardano intorno smarriti, a volte sono depressi, arrabbiati con il mondo, è normale, perché noi esseri umani non siamo realmente consapevoli, ma viviamo in uno stato di addormentamento della coscienza che ci impedisce di cogliere la realtà in un mondo illusorio, costruito e alimentato paradossalmente proprio da noi stessi. La percezione autentica viene distorta, distrutta dalla credenza, dal pregiudizio, dall'opinione, da una conclusione, mentre la percezione pura, è senza alcuna distorsione o pregiudizio, un'autentica percezione di se e del mondo, attraverso un nuovo concetto dell'essere umano. Siamo alla fine di un percorso storico che dura da secoli, e le regole che lo hanno governato sono al loro culmine. Siamo condizionati dal passato, dalle tradizioni, dalla edu-castrazione, dalle nostre personali esperienze che danno luogo a paure e desideri, e per questo non abbiamo un'autentica percezione .Quando un essere umano decide di uscire dall'ipnosi collettiva e inizia a ***lavorare su di se per accedere ad un livello supe-***

riore di consapevolezza e coscienza, viene aiutato da energie che provengono dalla notte della storia, e aiuteranno chi verrà tra migliaia di anni, non siamo mai soli, in alcuni periodi potremo sentirci soli, ma non lo saremo mai, da altri piani dell'esistenza ci assistono entità di rango elevato e sono pronte ad aiutare chiunque vuole uscire da questa matrix psichica. Non dimentichiamo che l'uomo ha il potere di creare la propria realtà; quale, tra le possibilità che ci si presentano, è una scelta d'amore? Quale onora di più il mio essere?

Compassione e Coscienza Cristica

Per chiarire questo concetto dobbiamo rifarci a modelli spirituali e vedere cosa questi producono nel mondo manifesto.

Per definizione la ***Coscienza Cristica*** è la ***Coscienza dell'Uno***. È indubbiamente legata all'insegnamento del Maestro "il Cristo" o Kristos (nel vangelo è scritto: Io e Mio Padre siamo una sola cosa).

Questo concetto dell'Unità permea il processo evolutivo di ogni coscienza che si risveglia.

Infatti in un processo di Evoluzione e/o Ascensione si deve assolutamente tener conto di questo passaggio dalla separazione all'Unità.
Per poter arrivare a questo livello è necessario raggiungere ***un'Apertura del cuore*** tale da portarci in uno spazio di amore incondizionato. Per questo è utile rilasciare ogni blocco, dolore, risentimento o emozione negativa che ancora giace nel nostro cuore! Guardare noi stessi, gli altri, la vita ed ogni avvenimento da uno spazio di amore incondizionato ci apre alla potente vibrazione della ***Compassione,*** l'unica frequenza capace di trasformare qualunque vibrazione di frequenza inferiore. Ecco perché quando incontriamo Guru, Maestri o Santi centrati sulla vibrazione della compassione noi ci sentiamo trasformati!
Raggiungere e padroneggiare questo livello è la vera sfida di questo tempo, perché questo è il livello di coscienza nel quale dobbiamo passare per accompagnare questo pianeta nel suo processo ascensionale e per consentirci uno stile di vita "superiore".

Concludendo, ***la Coscienza Cristica***, porterà l'Umanità a sperimentare l'Amore incondizionato e compassionevole, che è lo stadio dei Maestri Ascesi.

Mentre cominciamo a risvegliarci nella nostra vera natura e a identificarci come il maestro che siamo questo processo diventa la nostra esperienza interiore. E più diventa il nostro mondo interiore più siamo capaci di proiettarlo fuori di noi stessi; mentre lo facciamo stiamo co-creando il paradiso in Terra. Questo realizza ciò che ci è stato tramandato nelle Sacre Scritture: la Nuova Gerusalemme Celeste, una terra di abbondanza, luce e amore dove poter vivere senza paure né malattie.

Cosa possiamo fare? Incominciamo a fare i primi passi…

L'unica nostra vera identità è la frequenza. Accettare o meno le nuove frequenze e adattarvi i ns corpi fisici, emozionali, mentali è il nostro compito in questo momento, la nostra sfida, la nostra speranza e l'unica modalità di ridefinirci.

La porta di accesso alla nostra multidimensionalità è ***il nostro cuore.***

Come portare il Cuore nella nostra vita? Ognuno di noi è chiamato a trovare la propria creativa modalità, anche se possiamo ricordare ciò che ci è stato insegnato dai Maestri di ogni epoca e religione: cerchiamo di seguire ciò che ci fa sentire liberi, ed usiamo questa libertà per esprimerci in modalità che risuonino con chi noi veramente siamo (o abbiamo riconosciuto essere) utilizzando le nostre attitudini e doni. A cosa siamo veramente appassionati? L'uomo che vive con entusiasmo crea gioia. Spesso siamo così condizionati che neanche riusciamo a comprendere cosa ci interessi davvero. Siamo così presi a soddisfare schemi e aspettative altrui che ci dimentichiamo di noi. Occorre destrutturare vecchi condizionamenti, guarire le ferite del passato, acquisire una nuova fiducia in noi stessi per aprirci ad un ascolto più profondo e reale di chi siamo e cosa vogliamo veramente fare. Questa vocina interiore, la nostra guida femminile (=magnetica) ci fornirà

le informazioni utili ad attuare le modifiche necessarie alla nostra vita, affinché diventi più ricca, appagante e piena di gioia. Non saremo mai felici se viviamo una vita che altri hanno scelto per noi in base ai loro schemi e condizionamenti.
Se ci muoviamo da un piano di appagamento allora possiamo accettare di vivere con compassione e tolleranza ed aprirci ad un comprensione più profonda di noi stessi e degli altri.
Ricordiamoci inoltre che se il chakra del cuore è la porta verso la multidimensionalità, il chakra della gola è il ponte verso la 5 dimensione!
Come aprire il chakra della gola? È molto semplice: impariamo ad esprimere la nostra verità! Ma al contempo impariamo anche a ricevere l'altrui verità. Proiettiamo all'esterno verità (modalità maschile) e riceviamo all'interno verità (modalità femminile): questa danza tra le due polarità del dare e ricevere energia dalla gola è la nostra grande scala verso le stelle!
I nostri corpi fisici si modificheranno nell'accettare le nuove frequenze e la compassio-

ne ricodificherà il nostro DNA… Un Dna capace di rafforzare le nostre difese immunitarie, la nostra struttura, donarci longevità e corpi più forti e sani e capaci di tollerare energie più alte e sottili.
L'era della silice è già iniziata e questo significa che dobbiamo trasformarci da esseri ad unità carbonio ad esseri evoluti a base silicio (ovvero cristallina).***Cosa può operare questo miracolo***? La risposta è già lì nel vostro cuore: la ***Compassione….***

''TU SEI IL MAESTRO E L'INSEGNAMENTO''
Gocce di saggezza dai grandi Maestri
L'integrità interiore è fondamentale per il risveglio spirituale. Ma quando la pratichiamo si vede che siamo la stessa persona egoista che eravamo. Allora come puo' aiutarci questa pratica per contribuire al nostro risveglio? Nonostante il processo e gli insegnamenti troviamo sempre più bruttezza. La realtà ci dimostra che ciò che amiamo oggi è ciò che noi tradiamo domani. Allora come si fa a fermare questa bruttezza dall'influenzare

la nostra condizione per proseguire? ***Come possiamo far fiorire il nostro cuore invece di farlo deperire***? il problema sta nel come porre le domande perche' Tutto ciò che stiamo dicendo E': non è né brutto né bello. Questo è il problema. La mente divide per natura perché la mente non è altro che un flusso di un pensiero. E cos'è un pensiero? Il pensiero è misura. Cosa fai quando misuri? Dividi, separando il brutto e il bello! Qualunque sia il contenuto è ininfluente. Non è il "tuo" contenuto o il "suo" contenuto. Si tratta di un contenuto della coscienza collettiva. E' solamente lì. ***Cos'è l'integrità interiore? L'integrità interiore è solo vedere ciò che c'è***. Non bisogna giudicare come buono o cattivo, giusto o sbagliato o dare spiegazioni .Cosa allora occorre cambiare? Niente affatto Il Maestro non ti chiede di cambiare. Tutto ciò che stiamo dicendo E'. In ogni attimo tutto cambia, come un oceano, Le onde vanno e vengono, salgono e scendono. Allo stesso modo i pensieri arrivano e se ne vanno. Le emozioni arrivano e se ne vanno. ***La rappresenta-***

zione della Vita e' Tutto il dramma che ha luogo dentro di Noi. Noi siamo l'Universo. Siamo tutti un'unica persona. E quello che abbiamo nella Coscienza collettiva, E' lì, raccolto nel corso di milioni di anni. Nulla si può fare al riguardo. Colui che e' saggio non pensa a ciò che è giusto o sbagliato. Risponde solo alla vita - questo è tutto. Può essere violento in un momento e può essere pacifico in un altro momento. Risponde solamente alle situazioni che si presentano. Egli vede l'azione perfetta. E non torna indietro a pensare se è stata una cosa giusta o una cosa sbagliata. Sta solo vedendo cosa sta succedendo. Il contenuto non è importante per lui. Quindi se si osserva la propria bruttezza in quest'ottica la stessa potrebbe apparire anche molto bella. Pertanto, è necessario avere una posizione neutrale e che la stessa deve quindi diventare neutra. Non c'è niente da raggiungere, nessun posto dove andare. Tutto è perfetto. L'integrità interiore è solo vedere quello che c'è senza mentire a se stesso. Ma il problema è che spesso si mente a se stesso per-

ché non si vuol vedere cosa c'è, pensando che sia brutto. Ma chi ha stabilito questo concetto? Nessun Maestro ne ' alcune Scritture. Quindi, se si va più in profondità tutto diventa naturale, tutto diventa automatico. Non c'è bisogno di cambiare. Che cosa fare allora? Iniziare il viaggio attraverso l'inspirazione del proprio respiro e vedere cosa sta succedendo. Non occorre leggere le Scritture o qualsiasi insegnamento. Guardare cosa sta succedendo: ***Tu sei il maestro. E l'insegnamento è il tuo Sé***. L'insegnamento è lì proprio dentro di Te. Quello che accade dentro di Te è il vero insegnamento. Niente di più. Gli insegnamenti devono provenire dall'interno, dalla propria osservazione di cio' che si vede.

CAP.12) SVILUPPARE UNA CULTURA DI PACE

PENSIERO, PAROLA ED AZIONE -

Senza una cultura di pace nel mondo non si potrà risolvere alcun conflitto. Una "***Cultura di pace*** "va intesa come insieme di valori, atteggiamenti,

tradizioni, modi di comportamento e stili di vita fondati sul rispetto per la vita, i diritti umani, la cessazione dei conflitti, e sulla promozione e la pratica della non violenza tramite l'educazione, il dialogo e la Cooperazione tra popoli da Oriente ad Occidente". Far sì che la " conoscenza", da libresca e acculturata, fine a se stessa, possa trasformarsi in "consapevolezza", strumento necessario e indispensabile per sviluppare una "Cultura" di Pace, globalizzata, è questo l'obiettivo che si pone la Fondazione "***Il Mandir della Pace***"(la parola Mandir in sanscrito vuol dire "Tempio"), un movimento di volontariato, istituito dalla scrivente, che promuove i sopracitati servizi, nell'ottica di questo parametro, per abbattere le barriere della sterile retorica . Il fine è quello di contribuire, attraverso i canali della Cultura, dell'Arte, della Scienza e della Comunicazione, in Pensiero, parole ed azioni, alla crescita della "***Coscienza Umana***" promuovendo la realizzazione di progetti, volti a determinare nuovi modelli socio-economici,

opportuni per lo sviluppo e la diffusione di una cultura di Pace per favorire l'aggregazione di una ''***Massa critica***'' che determini sul piano evolutivo un'espansione di coscienza che caratterizzerà la Nuova Era. Niente che riguardi l'uomo può prescindere dalla cultura, Tutto è cultura, anzi; perché cultura non è nozionismo, non è lo sfoggio di un'erudizione che schiaccia ma non consola, che sorprende ma non completa. Anche quando il fato sembra dominare l'esistenza dell'uomo, egli resta il signore della storia, il protagonista in ogni era e in ogni parte del mondo e soltanto perché ha cultura, È grazie alla cultura che l'ordine vince sull'anarchia, che la civiltà continua a crescere sempre e ad avanzare, inarrestabile, nel tempo e nello spazio. Se dalla caverna si passa alla città, nonostante le commistioni di razze e le lotte per la supremazia, il deus ex machina è sempre la cultura, ossia la civilizzazione dei popoli. In assoluto la cultura è strumento di libertà. La sua realizzazione storica coincide proprio con la scoperta di quei valori

che solo nel segno dell'uomo trovano misura e qualità. Fenomeno di larga interpretazione, la cultura corrisponde alle istanze di ogni tempo, assicura a tutti un eguale punto di partenza, dà a ciascuno la corresponsabilità delle proprie e delle altrui azioni. Ed é giusto, in questo mutare della vita sociale, la promozione del nostro destino, la sicurezza delle relazioni umane, l'universalità del nostro linguaggio. Soltanto così la sua comunicabilità ha un senso. in quanto l'idea si fa discorso oggettivo capace di diffusione e di traduzione in beni concreti, ossia in godimento della comune civiltà universale. D'altra parte l'Arte, il Pensiero, la Scienza sono categorie dello spirito, atte ad esprimersi e a dilatarsi per esigenze di Comunicazione, per insopprimibile virtù di linguaggio. Ecco perché, sul piano stesso della riflessione, essendo proprietà sociale, la proprietà intellettuale si trasforma, prima o poi, in comune patrimonio. Lo spirito dell'uomo non è mai arido. Se certe sue idee, certi suoi sentimenti sono universali, più volte scoperti e

riscoperti dalla filosofia, dall'arte, dalla scienza stessa, ciò significa che **la Cultura è dimensione universale**. Ogni cultura, ogni civiltà, ogni tempo, ogni moda tentano di dare una loro risposta ai grandi interrogativi irrisolti della vita; e gli uomini nei secoli corrono sempre verso il futuro, animati e avvinti dalla stessa ansia, dallo stesso desiderio, dalla stessa bramosia di conoscere, di scoprire, di sapere, protési sempre, in una corsa che sembra ricondurli al medesimo posto, pur spingendoli continuamente ad altezze maggiori, dove lo sguardo può finalmente spingersi verso più vasti orizzonti. Tuttavia l'opera di mediazione nella comunità sociale può essere svolta soltanto dalla "Cultura" che scandisce tutte le antinomie e che partecipa a tutti i contrasti per incontrarsi ed unificarsi in quelle Verità universali che strappano la maschera al bruto per restituirci l'Uomo. Oggi, era della civiltà tecnologica, è il tempo della ***trasformazione della materia in energia***, della conquista dell'etere, del tempo spazio consentito

all'uomo. Ma l'uomo non è mutato. è sempre lo stesso, come sempre lo stesso è il concetto di Cultura, che, in termini pratici, vuol dire saper usare nel modo migliore gli impulsi e le qualità dell'uomo sociale È così che nella nostra cultura, la più vasta, dopo un lungo giro di millenni forse per la prima volta l'uomo diventa "gli uomini." L'Umanità intera, insomma. Quel patrimonio, che era del singolo o d'una ristretta classe, ora si offre alla Comunità, a quella smisurata comunità che si chiama il mondo. Tutto ciò che era ed è cultura dispersa, forse, lontana, ignorata, deve tornare a confluire nel bene di ognuno. Tutti i popoli spaziando da Oriente ad Occidente, dovranno collaborare, come i vapori degli stagni o delle paludi tornano ai flutti del mare, o la foresta alla voce del vento, E tutte le razze dovranno aprire il loro grembo segreto all'Umanità, comunicando Arte e Cultura in tutte le loro forme. Sarà questo il traboccare di un comune patrimonio, l'immergersi in una totale elevazione dell'intelletto, La civiltà, dunque, non deriva, se

non indirettamente dalla tecnica ch'essa genera, ma discende dall'essere l'uomo nato ad acculturarsi, a socializzarsi, a responsabilizzarsi. Ecco perché ***la Cultura è bene personale ed insieme universale*** ed è forse la più grande consolazione ai mali che vanità, sopraffazione e tirannide fanno cadere sulla terra, sotto tutte le latitudini e sotto tutte le bandiere

Il grande Gandhi si esprimeva sui mali del mondo che derivano, a suo dire, unicamente dalla paura e dalla mancanza di fiducia nell'altro per cui è necessario un vero e proprio cambiamento nel nostro modo di rapportarci con gli altri.***Pace*** significa un 'unità di intenti che si forma via via per effetto dall'apporto di varie correnti di pensiero, di fede, di concezioni di vita a livello politico, ambientale, economico-sociale, tutte intese alla ricerca di possibili accordi. ***Pace*** è cessazione di contrasti di ogni tipo e grado **(*Non violenza)*,** è applicazione di valori**, *(Verità e Rettitudine), è Tolleranza e Compassione. Pace*** significa il raggiungimento di una civiltà

superiore, dove l'armonia e l'ordine non vengono imposti ma nascono dalla Consapevolezza con cui uomini che hanno acquisito il senso della responsabilità verso se stessi, gli altri e tutto ciò che li circonda mettono in discussione le loro stesse idee e cercano di intendere quelle altrui. La Pace nasce da un autentico dibattito, in cui ogni interlocutore non tende a raggiungere la vittoria ma l'armonia di un accordo. ***Pace*** dunque come unione di volontà, unità finale di azione.

Pace, Amore, giustizia, fratellanza, libertà, uguaglianza (nella diversità), benessere, armonia sono tutti miraggi umani che per ora rappresentano una meta irraggiungibile come in un perpetuo supplizio di Tantalo e che dipendono, per la loro realizzazione solo dal livello della coscienza di chi deve dare la risposta a questa domanda. Se nel passato l'educazione verteva intorno nel preparare ad una professione e allo sviluppo dei tanti aspetti della mente, con metodi coercitivi perché imposti dall'esterno, l'educare torna al suo significativo originario di

e-ducere, cioè ***insegnare secondo i valori dell'Anima,*** alla luce di quello spirito che opera all'interno di ogni individuo e di ogni cosa.

"Perché oggi si assiste ad un folle Essere umano, dalla mente "obnubilata", in preda ad un cieco e cupo vaneggiamento della "Coscienza" ed in balia di una sorta di sbronza psichica (perché questo è quanto sta avvenendo oggi nel cuore dell'Umanità), a causa della quale l'individuo, vedendoci "doppio", combatte, odia, incrimina, discrimina, sottomette, ammorba, distrugge, litiga e se la prende sempre con un "Altro", che rappresenta, invece solo un'allucinata Visione di se stesso, come affermava il Prof. Vittorio Marchi, nel suo libro "La Scienza dell'Uno".

Se definisci il Mondo "***La Valle del fare anima***", scoprirai a che serve il Mondo. Al tempo in cui leggevo questi brevi versi di un poeta inglese, J-Keats, ero reduce da un viaggio in Oriente. In India, per la precisione, dove ebbi modo di trascorrere un mese, durante il quale mi sembrò come se mi presentassi senza pelle nelle strade e nelle

piazze o nei templi brulicanti di ogni sorta di Umanità. Tutto ciò che mi sfiorava mi segnava. Le immagini forti di quella realtà penetravano in me e andavano dritte a colpire il bersaglio, come frecce scoccate da un arciere particolarmente capace di colpire il punto desiderato. Tornai in Italia trasformata, anche se non ne avevo ancora la consapevolezza. Da quel momento, come se fossi stata protagonista di un'esperienza iniziatica, cambiai atteggiamento nei confronti della vita e tutte le mie scelte successive furono orientate a cercare di far luce su quanto di profondo avevo vissuto, a livello psicologico, nel corso di quel viaggio. In special modo attraverso i sogni, il mio subconscio mi sollecitava ad assumere la responsabilità della mia vita, facendo emergere l'esigenza imprescindibile di viverla pienamente, integrando alcune parti di me stessa che fino a quel momento avevo, invece, tagliato fuori dalla coscienza. Infatti il partire, il mettersi in viaggio, può costituire un tentativo inconscio teso a colonizzare con la coscienza alcune zone inesplorate

della nostra Psiche. È come penetrare nel cuore di una grande foresta dove il percorso diventa più arduo e in cui giunge la luce. Ma è proprio lì in quel luogo senza spazio e senza Tempo, in quella zona difficilmente raggiungibile che possiamo imbatterci negli alberi più vecchi, intatti. L'occhio umano, incontrandone uno rimane catturato, quasi si trovasse di fronte a qualcosa di sacro che è sempre esistito e di cui non immaginava la bellezza e la grandiosità. Ho sentito l'esigenza di parlare della mia esperienza personale per riuscire a dare l'idea di cosa significa per ognuno di noi entrare in relazione con questa parte della psiche, lasciata magari per anni inascoltata e che può fare irruzione improvvisamente nel corso della nostra esistenza. ***Ma per giungere a ciò dobbiamo riuscire a far pace con la nostra ombra***. In questo senso essa rappresenta una tappa fondamentale che non è sempre facile superare perché essa comporta il confronto con tutti quegli aspetti che non vogliamo riconoscere come nostri e che quindi proiettiamo difensivamente fuori da noi, in quan-

to rappresentano una minaccia per il nostro equilibrio psicologico. Ciò produce l'illusione che il male è solo fuori di noi, consentendoci di poterci autorappresentare come creature fatte soltanto di "luce". Ma anche in natura le cose non stanno esattamente in questi termini. Infatti si è mai visto qualcuno camminare al sole senza fare Ombra? Pur essendo illuminati dalla luce i nostri corpi gettano un'ombra scura. In tutti c'è una parte che occultiamo anche a noi stessi. Il processo educativo è finalizzato sin dai primi anni a farci sviluppare il lato luminoso della personalità. E allora quella parte oscura, lasciata inascoltata, e che di conseguenza non viene nutrita perché non riceve il debito riconoscimento dove va a finire? È come se la chiudessimo in un sacco immaginario e che ci portiamo inconsapevolmente sulle spalle lungo il percorso della nostra vita. Vorremmo non aprirlo mai quel sacco per guardare cosa contiene, ma tutte quelle parti nascoste al suo interno regrediscono e diventando ostili, sottraendo una grande energia psichica all'individuo. È energia

messa al servizio delle difese e non della coscienza che, con il passare del tempo, subisce un depauperamento. In altre parole se abbiamo riempito troppo quel sacco ci resta poca energia creativa. Il sacco è, comunque, pieno di energia cui, però, non possiamo attingere. Aprire quel sacco, guardare cosa c'è dentro, riconoscere gli oggetti solo apparentemente estranei a noi costituisce il primo momento del confronto e dell'integrazione con l'Ombra

CONCLUSIONI –PENSIERO PAROLA E AZiONE =CORPO MENTE E ANIMA

Realizzare il Sé, "lo specchio dell'anima", ha un triplice effetto sull'Essere umano, perché lo spinge a dare un Senso alla Vita, a determinare una nuova visione del Mondo e riorganizza la coscienza che si orienta su nuovi valori. Se i pensieri e le emozioni sono ben allineati sullo stesso obiettivo allora ogni azione sarà forte, sicura e facilmente produrrà successo. Quando uno pensa una cosa e riesce anche a sentirla allora

si dice che ha fede, che crede, che è una persona sicura di Sé.. Guardando la nostra ombra significa sostanzialmente confrontarsi con l'archetipo del Bene e del Male. ***La Vita è cambiamento, è un onda in divenire,*** si tratta di un processo dinamico. Ogni nostro istante non è mai uguale all'altro e noi non siamo mai gli stessi da un istante all'altro**.** Per operare dei veri cambiamenti, per far luce, quando la confusione regna sovrana, e si attribuiscono responsabilità al mondo che ci circonda, ***occorre fare un salto "quantico", vibrazionale, di cambiamento di coscienza.*** Consapevolezza che si manifesta con l'attitudine all'azione ed attiene quindi alla sfera del fare. ***Pensiero, parola ed azione*** sono collegati da un unico filo conduttore, con ***corpo, mente e anima,*** alla cui base sta la coerenza

L'equilibrio è sapersi districare nella polarità degli eventi, non evitando gli estremi perché la vita contiene dolore e piacere contemporaneamente. ***Il positivo e il negativo sono due aspetti della medesima energia***

Nel nostro Sé interiore c'è il potere alchemico che dà forza alla vita, la pura essenza che non ha bisogno di identificarsi con la materia e le emozioni, la possibilità di rinascere, di ricominciare in ogni momento dall'inizio ed attingere al potere di guarigione, che è connesso con tutto l'Universo, tramite l'apertura del cuore. Abbiamo, quindi, la possibilità di affrontare ogni avversità, ogni cambiamento con la cognizione che è necessario accedere alla parte più profonda per poter Rinascere.

"Esiste una sola Religione quella dell'Amore,
esiste un solo linguaggio quello del cuore, esiste una sola casta quella dell'Umanità, esiste un solo Dio che è dappertutto"…(Sai Baba)

Note sull'autrice:Maria Gabriella Lavorgna

E' nata a Roma ed ivi residente;

ha frequentato presso il Magistero di Roma i corsi di laurea in Lingue e Letterature Straniere ed ha terminato con il corso di laurea in Lettere e Filosofia. Per 35 anni ha prestato servizio presso l'allora Ministero del Turismo e dello Spettacolo, attualmente Ministero dei Beni Culturali, dove ha svolto mansioni specifiche di funzionaria presso il Dipartimento spettacolo nei settori cinema-

teatro e presso la Segreteria Particolare del Ministro in carica, per svolgere mansioni di Affari Riservati, Ufficio Cerimoniale e Segreteria operativa, nonché il ruolo di ufficio stampa, affidatole da un'organizzazione egiziana governativa per la rappresentazione dell'opera "Aida" al Cairo, coordinando una delegazione di giornalisti italiani ed addetti culturali Rai. La predisposizione naturale nonché l'esperienza acquisita hanno affinato le sue capacità organizzative, espletate nei vari settori (cultura-turismo / spettacolo-stampa). Nella vita privata ha sviluppato un fortissimo interesse per le discipline di carattere spirituale e filosofico, arricchendo la sua formazione, in tal senso, anche attraverso numerosi viaggi nel terzo mondo ed in Oriente nonché significative esperienze vissute in India, dove ha incontrato Madre Teresa e la figura illuminante del maestro spirituale indiano Sai Baba, che in un certo senso le ha cambiato in positivo la visione della vita, dedicandosi alla promozione e allo sviluppo di una cultura di

Pace. Ha indetto numerose tavole rotonde, seminari, convegni riguardanti tematiche di carattere spirituale, ed è stata inserita quale relatrice e promotrice in prestigiose manifestazioni quali *il Festival della Pace ad Assisi negli anni 98/99 ed il Festival dei Cinque Continenti ad Ischia nel 97/98*.Ha ideato il meeting *"L'Oriente incontra L'Occidente: insieme per la Pace nel terzo millennio"*, da Lei promosso ad Assisi dal 1998 annualmente sino al 2015 , con il patrocinio del Comune di Assisi, della Provincia di Perugia, della Regione Umbra, del Comune di Valfabbrica (sentiero francescano) e dell'Ass.ne Assisi for Peace tv. Nel 1999 ha fondato un Centro servizi di volontariato per la promozione di iniziative culturali, sociali e umanitarie, per il risveglio delle coscienze e lo sviluppo di una cultura di Pace, denominato il "*Mandir della Pace*" (www.shantimandir.eu);ll 13/14/15 luglio 2000 ha promosso ad Assisi il meeting: *"L'Unità nella diversità: insieme per la Pace"*, ove è stata inserita la tavola rotonda "Israele Palestina: quale dialogo

di pace?" alla presenza del Sindaco, dei due rispettivi Ambasciatori e di autorità di enti locali per la Pace. In data 14 sett. 2003, ha donato al Comune di Assisi, con una cerimonia ufficiale presso l'Eremo delle Carceri, alla presenza di autorità civili e religiose, una statua di S. Francesco, da lei ideata e finanziata, dal titolo*: Ut Unum sint: Francesco dell'Amore universale*, dall'inedita iconografia raffigurante i 5 simboli delle religioni più note. Nel 2004 ha promosso una conferenza sulla Pace, ispirata al messaggio francescano, nella Basilica di S. Francesco a Cracovia in occasione delle celebrazioni del 25° del Papa Woityla. Ha ideato *il premio "Mandir della pace"*, che viene assegnato durante l'annuale meeting di Assisi, quale riconoscimento a personalità del mondo dell'arte, della cultura e della comunicazione, in linea con le finalità istituzionali. Collabora con numerose testate giornalistiche e reti on line con articoli su tematiche di promozione sociale e di spiritualità. E' sostenitrice, insieme al Movimento dell'Amore

Universale, del Forum Internazionale del Vegetarismo che si e' svolto a Roma dal maggio 2003. E' promotrice del meeting internazionale *"East meets West: Together for Peace"* che si è svolto a Rishikesh (India) nel 2005 e nel 2006, con il patrocinio della Fondazione Gandhi e la collaborazione dell'Università di Uttaranchal ed il governo del turismo indiano, creando un ponte tra Oriente ed Occidente nel collegare le due figure di Francesco d'Assisi e Gandhi. Ha promosso ad Assisi nel 2006/07 due edizioni del meeting "*Donne di Fede, donne di Pace sul sentiero francescano*", in difesa dei diritti della donna. ; Nel dicembre 2007 ha trasformato il movimento di volontariato *"Il Mandir della Pace" in Fondazione no profit* e in veste di Presidente della Fondazione e'stata membro della delegazione internazionale di Religions for peace nella Conferenza mondiale WCRP a Kyoto nel 2008, cui hanno partecipato 2000 capi spirituali internazionali, sottoscrivendo con 200 donne di pace di differenti fedi e culture la dichiarazione sulla non

violenza. Sempre ad Assisi è stata ideatrice e promotrice della *Rassegna ecologico-ambientale "Cun tutte le creature"*, in difesa del rapporto Uomo, natura e Ambiente, che ha prodotto nel giugno 2007 e nell'ottobre del 2008 ed altre edizioni. Nell'agosto 2008 ha ideato ed organizzato a Castel del Monte, sostenuto dall'Assessorato Turismo/Cultura di Andria(Ba) l'evento musicale, etno spirituale *"I sentieri dell'anima da Oriente ad Occidente: un viaggio tra emozioni diverse"*, condotto da Pippo Franco e da Enzo Decaro; Ha ricevuto numerosi premi come donna di Pace, tra i quali il Premio Davide di Michelangelo, il Premio "Fontane di Roma" .Nominata nel 2001 "*Ambasciatrice internazionale di Pace dal Centro per la Pace tra i popoli di Assisi e dal Comune di Valfabbrica (sentiero francescano)* nel 2006;Nel 2005 ha avuto il riconoscimento di "*Accademico Tiberino*" Nominata nel 2007 dalla Confederazione Cavalieri Crociati di Malta, con sede ad Assisi, "*International Lady of Peace"* per meriti speciali; Nominata nel 2008 *"Ambasciatrice*

di Pace" dall'Universal Peace Federation;E' *membro dell'Association WCRP, "Religions For Peace"*, ed in veste di *Pres.della Fondazione ''Il Mandir della Pace''*, ha partecipato come delegata a Conferenze mondiali interreligiose quali a Kyoto (agosto 2008), Rovereto (maggio 2008), Nanded (promossa dalla Comunità Sikh nel sett. 2008), Milano (ott. 2008 promossa dal Prof. Gabriel Mandel e, della Comunità Sufi) a Roma , Comunita' di SantEgidio; *E' membro della "Friends Internacional Association of Alessandria Library"* (Alessandria d'Egitto) ed ha partecipato in sede come delegata ad un meeting nel settore '' Cultura di Pace.'' *Ha ottenuto una medaglia dalla Presidenza della Repubblica* , quale riconoscimento ed apprezzamento del Capo dello Stato per la Cerimonia di commemorazione dell'eccidio delle Torri Gemelle, svoltasi ad Assisi nell'ambito del Meeting''L'Oriente incontra l'Occidente per una civilta di Pace'''- E' autrice di una collana di poesie su temi sociali, in dialetto romanesco, "Più ggiro er monno e ppiù m'encanti Roma" , della

collana di Poesie " Sui sentieri dell'anima", di un libro "Amore per il cibo, Amore per la vita", per un'alimentazione vegetariana e del libro "Lo Specchio dell'anima" di carattere filosofico, spirituale. Ha svolto per vari anni attività di volontariato presso strutture ospedaliere di Roma ,in India e terzo mondo, e prosegue detta attività in servizi di carattere sociale ed umanitario. Attualmente è redattrice pubblicista sulla piattaforma televisiva NCG TV di comunicazione planetaria nel canale Shantimandir Peace Channel

Info: www.shantimandir.eu-email: shantij@live.it

COMMENTI

Vittorio Russo(scrittore- giornalista-storico delle religioni)
Come non essere toccati da un libro così bello! Lo distingue subito una scrittura alata e succosa, densa di passioni e tenerezze, un libro nel quale le certezze flagellano i dubbi e si fanno nodi di convinzioni definitive. Vi sono pagine che sono squarci di una luminosità che incanta e svelano una profondità di pensiero che traduce tutta la straordinaria humanitas di Gabriella Lavorgna**.** Le sue considerazioni non sono analitiche scomposizioni di fenomeni, ma compartecipazioni frementi di una spiritualità universale. E allora senti che sogni, oracoli, visioni, miraggi ti accarezzano il cuore e corri con gli occhi a inseguire il pensiero dell'Autrice che ti precede sulla carta e ti conduce in uno spazio di immaterialità quasi visibile. Ti accorgi che ha

scavato dentro di te e nel tuo pensiero. Leggi in questo libro pagine di una generosità inusitata che ti immergono in una luce dorata nella quali affondi volentieri, proprio per quella dolcezza del sentire che i concetti inducono in te non meno che per l'espansione melodica del linguaggio.
È un libro questo che può suscitare invidia per la sua strabiliante ricchezza etica, un'invidia però, che come scrive Soren Kierkegaard, è semplicemente segreta ammirazione, perché da opere come questa si può solo apprendere che esistono altri orizzonti di percezione. Fin quando arrivi all'ultima pagina e ti chiedi di quanto sia stata resa migliore la tua dimensione laica e di quanto l'incredulità si possa entusiasmare dopo la scoperta di tante dimensioni dello spirito.

Alfredo Stirati – (Professore emerito - Scrittore – Membro della Società Teosofica Italiana).
"Una vita, si sa, è un alternarsi di gioie e dolori, di

successi e di delusioni, di soddisfazioni e di amarezze; si può sintetizzare in due
parole: una lacrima ed un sorriso. Ora, come ripete spesso are dopo la scoperta di tante estensioni dello spirito.
l'Autrice, la sua esistenza è consistita in un susseguirsi di "prove" che la
portano a riflettere sui rapporti umani, sul senso del vivere, sul ruolo che ognuno di noi impersona sulla scena del mondo.
Quello dell'Autrice, quindi, è il racconto meditato e sofferto di una vita intensa, ricca di eventi gioiosi e tragici ad un tempo da cui lei, però, a differenza di molti, ha saputo trarre un insegnamento, approdando a delle certezze interiori capaci di costituire un'ancora di salvezza nei marosi di un'esistenza in cui si rischia di soccombere, qualora ne fossimo privi.
Questo è un dono, una capacità che pochi hanno; è un traguardo raggiunto con inevitabile sofferenza, ma che riscalda il cuore, permettendo alla fine di aiutare e servire il prossimo. Ed è

proprio attraverso il servizio che torna la gioia ed il sorriso, che ci si sente utili, che si dimenticano i problemi personali nella scoperta che più si dona e più si riceve, perché tutto è collegato, tutto è UNO.A differenza, quindi, della maggior parte delle persone che brancolano smarrite nel labirinto del mondo, l'Autrice ha trovato quel filo di Arianna che consente di uscire dalle tenebre alla Luce. Questo elemento salvifico è espressamente menzionato ed identificato nell'incontro con un Maestro e con le antiche dottrine orientali: ex Oriente lux!.

Non tutti però, pur avendo vissuto esperienze simili, riescono a farne tesoro, fino al punto di trasformare la loro vita. In genere, s'accumulano conoscenze teoriche, nozioni che non si sanno tradurre in azioni concrete. L'Autrice, invece, ha saputo trasformare la pura e semplice conoscenza in Saggezza e questo le ha consentito non solo e non tanto d'individuare un punto di riferimento costante a cui far affidamento nelle difficoltà della propria vita, un faro, una guida

infallibile, ma a trovare la forza di additarlo ai fratelli in difficoltà, aiutandoli ad uscire dal sonno che rende torpidi i corpi ed ottuse le menti. "Lo specchio dell'anima" dunque è la storia di un'anima che è riuscita a trovare se stessa, è il bilancio di una vita talmente ricca di contenuti da condensare in sé le esperienze che normalmente si compiono in più incarnazioni. Un'anima antica -come si dice in Oriente-che s'incammina sicura sul Sentiero interiore, sulla strada di Luce che le si para dinanzi, invitandola a procedere senza ulteriori indugi.

-Maria Consiglia Santillo psicologa- Pres. Centro Studi Psichè

Quando Maria Gabriella Lavorgna mi ha inviato il suo libro ho sentito e compreso immediatamente, considerando il particolare momento di transizione che stiamo attraversando, la valenza di "messaggio" insita nel suo contenuto. Ma quale sarebbe stata la funzione di tale messaggio?

Il titolo del libro mi ha immediatamente suggerito che il messaggio riguardava il processo di autoconoscenza finalizzato al risveglio della Coscienza: lo specchio, infatti, ci mostra ciò che siamo e che, in genere, non possiamo vedere. Ma lo specchio è anche, nella Filosofia Yoga, metafora del nostro vero Sé, della nostra Coscienza che assume la valenza di Testimone.
Appena ho cominciato a scorrere l'indice ho capito che il messaggio era diretto al "nuovo essere" che prenderà corpo grazie al prossimo salto evolutivo: l'Umanità. I temi trattati sono tutti legati alla sfera relazionale riferita tanto alla nostra dimensione orizzontale quanto a quella verticale: tra Cielo e Terra … l'Uomo che gestisce il mondo degli affetti e delle relazioni.
Quando ho cominciato ad immergermi nella lettura, ho penetrato il senso del messaggio, un messaggio che prende vita da un incontro simbiotico tra Mente e Cuore che, a tratti "ispirati", si rivolgono alle altre menti e agli altri cuori per trasmettere come la vita ci possa

condurre in alcuni frangenti alla ricerca di una "Conoscenza di livello Superiore" e di un "Amore di dimensione più Grande" e di come tale Conoscenza e tale Amore possano trasformarci e diventare loro stessi Vita.
È una storia che parla della vita. È la storia di una donna che ha vissuto con intensità l'amicizia e l'amore, il tradimento, le perdite e le rinunce, il dolore e la sofferenza, la ricchezza e la povertà, che ha cercato la giustizia ed ha trovato la fede che le ha fatto percorrere il sentiero del perdono, trasformando la "morte interiore" in "nuova vita".
Tutto ciò mi ha emozionato profondamente anche se non mi ha meravigliato: sono legata a Gabriella non solo dal comune obiettivo da realizzare attraverso la nostra "mission", ma anche da una sincera e affettuosa amicizia che mi ha dato la possibilità di conoscere la ricchezza del suo mondo interiore.
Dalle pagine del libro emerge il dispiegarsi di una meravigliosa danza tra conoscenze assorbite

e vita vissuta, tra riflessioni ed emozioni, tra cadute e rinascite. Questa danza parla di una donna che ha saputo trasformare il peggiore dei dolori in un intenso Amore attraverso il perdono, parla di una donna capace di trasformare tutti gli ostacoli in nuove opportunità, parla di una donna che ha fatto della ricerca dell'Uno la sua ragione di vita, parla di una donna che all'Uno ha eretto un Tempio che accoglie amorevolmente Oriente e Occidente, Ragione e Fede, Mente e Cuore e … tutti quelli che vogliono lavorare con lei affinché l'Uno divenga sempre più un progetto di vita, una realtà esistenziale, un grido di Pace.
È un bellissimo dono che Gabriella ci offre per questo Natale!
A tutti i lettori buon viaggio! Perché è proprio questo che Gabriella ci propone, un viaggio interiore che ci riporti all'Origine.
E a te, Gabriella un profondo, sentito, affettuoso GRAZIE … "da cuore a cuore".

Paola Giovetti"(scrittrice-giornalista**)**

"Cara Gabriella, ho letto davvero con piacere il tuo libro, e ti ci ho ritrovata tutta - con la tua saggezza acquisita in una vita ricca di esperienze liete e meno liete alle quali non ti sei mai sottratta, col tuo contagioso entusiasmo, la tua capacità organizzativa, il tuo amore per l'Uomo e per le cose belle, buone, rare, insolite. Ti auguro quindi che questo libro trovi la sua strada verso chi può capirlo e ne sappia cogliere la grande carica di positività e i tanti preziosi stimoli.
Con i miei complimenti e l'amicizia di sempre,

Lucia Di Spirito *(giornalista di TV Sorrisi e Canzoni)*

V'invito a leggere questo testo in cui Maria Gabriella Lavorgna, attraverso pensieri e parole conditi di pura saggezza, descrive le tappe di un cammino che conducono lungo dolci sentieri liberi da sterpaglie, paura, ansia, sensi di colpa, rancore e inquietudine, per imparare a donare e a ricevere pace, gioia e amore. Sfogliando pagina dopo pagina, vi ho trovato un insegnamento concreto su come vivere il presente, nel qui e ora,

uscendo da condizionamenti sociali per poter vivere liberi e leggeri. Un testo che restituisce al lettore lo specchio dell'anima dell'autrice che ha trasformato profondamente la sua vita, raggiungendo, attraverso i suoi intensi ricordi, via via, una profonda conoscenza del sé. La semplicità e la chiarezza del linguaggio accelera il viaggio verso il mondo spirituale. L'obiettivo dell'autrice è aiutare, attraverso la sua esperienza diretta, a diventare consapevoli, a risvegliare le coscienze e incamminarsi verso la Nuova Era di un cambiamento epocale per arrivare a realizzare che «Noi non siamo esseri umani che vivono un'esperienza spirituale. Noi siamo esseri spirituali che vivono un'esperienza umana». Ho apprezzato, in particolar modo, il capitolo sul perdono in cui l'autrice scrive: «Il perdono rinsalda i rapporti, produce sintonia, unione, inclusività. Non c'è perdono senza Amore: l'uno implica l'altro». Non c'è Amore senza perdono! Noi siamo come delle calamite e attiriamo a noi

quello che ci accade, poiché i nostri pensieri creano la nostra realtà.

Claudio Elio Bonanni(scrittore-giornalista**)**
Cara Gabriella,
ho appena terminato di leggere il tuo ultimo lavoro e sono molto contento dell' epilogo che in qualche modo riscatta tutta la tua vita. Ho apprezzato molto la parte autobiografica che trasudava sofferenza. Un po' meno la parte "saggia" intesa come saggio e come lezione di vita che naturalmente riguarda te e tutto quello che dalla sofferenza hai tratto. Nel merito di quello che hai raccontato la cosa che mi è piaciuta di più è come sei riuscita a trasformare l'odio in perdono. È come che dal brutto bruco sia finalmente uscita la farfalla che è in te. Vorrei, a proposito di perdono aggiungere un passo in più che è quello che a me ha fatto apprezzare la vita per quello che è. un immenso dono di Dio. Io, dopo tanto odio nei confronti di coloro che mi avevano fatto del male sono riuscito a capire una cosa meravigliosa. Co-

loro che mi avevano danneggiato erano i miei migliori amici perchè l' intensità e la qualità del dolore che mi avevano provocato era la medesima che io avevo provocato ad altri. La prima volta che l' ho capito è stato come se mi fosse apparso Dio in persona. Sono rimasto a riflettere un quarto d' ora a bocca aperta. Dopo di che i miei risentimenti sono diventati simpatia e amore. Ho chiesto perdono per i cattivi sentimenti e ho cambiato subito atteggiamento nei confronti delle mie vittime (che non ho avuto bisogno di cercare troppo lontane). Quello che seminiamo raccogliamo ma quanto è difficile capirlo!
Tornando al tuo libro, anche se non dovesse essere un successo editoriale, sono sicuro che aiuterà molte persone a sviluppare la farfalla che è in loro e soprattutto porterà un grande giovamento nella tua vita, perchè l'outing che hai fatto è come un patto con il destino. Da dove sei arrivata non si torna più indietro. Il mostro che era dentro di te è ora è fuori e lo puoi guardare e giudicare per

poi andare avanti verso un radioso futuro d'amore

Lorenzo Ostuni(scrittore –regista Rai**)**

Cara Gabriella, il tuo libro ha qualcosa di toccante e commovente, per l'immediatezza e la sincerità della tua "confessione" e della tua filosofia narrata . Mi congratulo con te per il coraggio della sincerità e della verità diretta che caratterizza il tuo scrivere. È particolarmente coinvolgente e lancinante il capitolo sul TRADIMENTO

Massimo Marinelli (psicoterapeuta e ricercatore spirituale)
Conosco Gabriella da tantissimi anni. Con lei abbiamo condiviso, l'Amore per il Maestro, l'Avatar Sathya Sai Baba, i meeting di Assisi, promossi dal Mandir della Pace, la Fondazione no profit da Lei creata, di cui sono membro e socio Fondatore, per la diffusione di una cultura di Pace, che spero possa riprendere sempre più

vigore nello spirito della solidarietà che si intravede nel processo di trasformazione verso le nuove energie. Il libro è commovente, una testimonianza sofferta dello spirito di devozione verso la Verità, a cui tutti gli uomini sono chiamati. Oggi più che mai, nel momento che sta per incarnarsi l'Avatar Prema Sai, realtà divina che riempie di gioia e speranza i nostri cuori. Il travaglio della Vita, il mondo degli specchi della maya che costellano la nostra esistenza ci indicano le prove che ognuno deve superare in questo breve spazio del gioco divino che noi chiamiamo vita tra nascita e morte. Confortati dalla condivisione dei nostri ideali nell'amicizia, sperimentiamo la delusione, il tradimento, le perdite, le morti dei nostri cari, la ricerca della giustizia, semplicemente perché' la nostra Anima radiosa una con tutte le forze del Creato. Gabriella descrive questa ricerca in modo coinvolgente, amorevole, tanto da poter affermare che quello di cui parla non è solo la sua vita ma anche la mia e quella di tutti i ricercatori spirituali. La ringrazio per la questa

sua testimonianza verace e a Lei auguro per il suo percorso continui parallelo con quanti concordano la stessa visione del mondo

Raffaele Cavaliere (scrittore-psicoterapeuta)

Può uno scoglio arginare il mare? Può un'anima conoscere la vita in un'unica esperienza del mondo materiale? Può una donna comunicarsi con un libro ai suoi simili? Si! Il libro di Maria Gabriella Lavorgna ''Lo specchio dell'anima'' non è un'autobiografia, non è un diario, bensì un saggio in cui Lei racconta alcune esperienze significative che le hanno portate a conoscere il ''mondo dello Spirito'', ad interessarsi della spiritualità intesa come rapporto diretto con Dio, a conoscersi dal profondo per essere autentica nella vita. Conosco Gabriella da tantissimi anni, abbiamo fatto insieme anche due viaggi in India e negli ultimi decenni ho partecipato come relatore, sia in Italia che in India, ai convegni nazionali e internazionali, da Lei promossi con la Fondazione ''il Mandir della

Pace, della quale sono Membro, e pertanto posso garantire che Lei è una persona congruente, è unica nella sua modalità di porsi agli altri, è straordinariamente capace di rappresentare gli opposti nella loro purezza, è di un'ingenuità spaventosa perché' lascia sempre tutti perplessi. Nella sua originalità è imprevedibile, sconvolgente nel suo modo di relazionarsi con gli altri. In poche parole è un ''Vulcano'', imprevedibile, maestoso, pericoloso e bello allo stesso tempo. La sua sincerità emerge dal testo e la sua spiritualità accompagnano il lettore nel suo mondo, una realtà che è stata costruita dalla sapiente mano di Dio che ha condotto questa donna straordinaria attraverso le esperienze più difficili per portarla alla soglia della Conoscenza e farle conoscere i segreti della vita. Il dolore, la sofferenza, l'esperienza vissuta fino in fondo sono la fonte d'ispirazione della ricerca dell'Uno che in Gabriella si manifesta in tutta la sua molteplicità di aspetti, apparentemente contradditori. Sì, Gabriella è Figlia di Dio,

rappresenta Dio così come si manifesta in questo mondo sensoriale che l'Anima esplora durante la sua esistenza nel Mondo. Il libro di Gabriella è bello, perché' disegna il tracciato per chiunque che parte dalla ''miseria'' dell'Essere Umano per giungere alla grandezza della consapevolezza di essere il "Dio vivente". Con quest'opera Gabriella ha voluto condividere con un pubblico più ampio la sua esperienza, il suo divenire, la sua crescita verso l'unione con tutto ciò che è così come è. Dall'individualismo, dal mondo delle illusioni per essere disintegrata nelle sue parti più prepotenti dell'Ego che desiderava una vita mondana piena di apparenze, Lei è stata condotta dalla mano di Dio, che prima si è manifestato nella sua religione di origine, quella cristiana cattolica e poi nel suo amato Maestro Sai Baba, alla conoscenza, risvegliando il proprio Sè e alla capacità di ''togliere il velo'' per riconoscere la Verità dietro ogni realtà'. Il suo percorso di Vita è stato un unico sentiero iniziatico, pieno di prove e di approfondimenti che come una scatola cinese

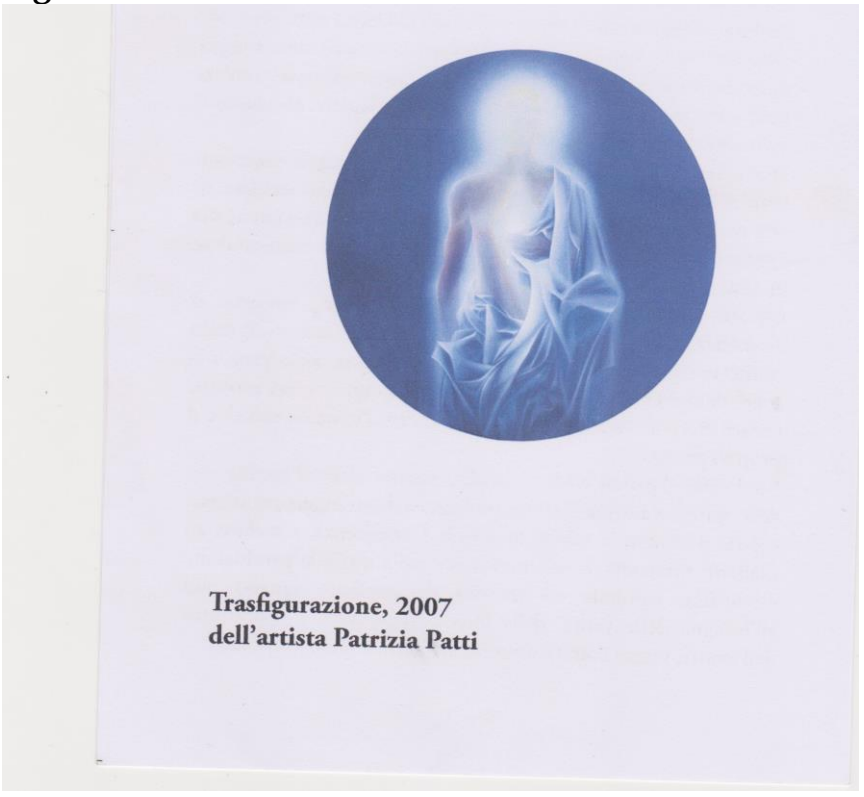
le hanno rivelato, giorno dopo giorno, i significati dell'esistenza e la bellezza di una trasformazione perpetua. Il libro di Gabriella è dinamico, esattamente com'è Lei, è affascinante e misterioso come l'autrice, è profondo quanto scorrevole e comprensibile in tutte le sue parti. Brava Gabriella e grazie per esserti offerta a tutti i lettori nella tua autenticità e naturalezza che ti contraddistinguono da sempre. La lettura del libro è piacevole, gli episodi privati narrati sono interessanti e le spiegazioni spirituali aprono una nuova visione sui fatti, danno speranza e orientano il lettore a comprendere la realtà con gli occhi di Dio, capire le dinamiche con la ''Mente di Dio'' e vivere l'esperienza in questo mondo materiale nella sua pienezza assaporando la bellezza dell'Essere Uomo! Emozioni, sensazioni e sentimenti, accompagnati da saggezza e conoscenze esoteriche arricchiscono ogni lettore regalando la speranza a ciascuno che ''Tutto è ben fatto'', nell'ottica della logica del Creato!

Giovanna Canzano Giornalista, saggista storico-politica

Vivere la vita in modo armonioso in tutte le sue parti, come si può vivere un amore credendolo infinito, ma è solo l'Amore per noi stessi e per la Vita che non lascia spazi vuoti intorno, che sarà sempre infinito. Questi sono i sentimenti che hanno suscitato in me la lettura del libro ''Lo specchio dell'anima'' di Gabriella Lavorgna. Un libro dove nulla è lasciato al caso, ogni sensazione è stata analizzata, ogni rapporto umano è stato indagato attraverso un'analisi di sentimenti e di amicizia e attraverso la lettura delle numerose pagine ogni cosa porta a capire e comprendere la grandezza dell'Universo. Gabriella ci dice nel libro'' Nel nostro Sé interiore c'è il potere alchemico che da' forza alla vita, la pura essenza che non ha bisogno di identificarsi con la materia e l'emozioni, che ha la possibilità di rinascere, di ricominciare in ogni momento dall'inizio, ed attingere al potere di guarigione, che è connesso con tutto l'Universo, tramite

l'apertura del cuore. Così come nella nostra vita abbiamo bisogno di fare entrare il mondo e di amarlo, il mondo ha bisogno di noi ed essere amato, ed in cambio ci dona il suo Amore e, attraverso di esso la vita diventa veramente una avventura preziosa per ogni essere vivente.

Patrizia Patti ***Artista-Pres. Associazione Ascetic Sign***



Trasfigurazione, 2007
dell'artista Patrizia Patti

Questo bellissimo libro è la commovente testimonianza della luminosa e sensibile anima

di Maria Gabriella Lavorgna, la cui evoluta e rara "intelligenza dello spirito universalè", si esprime nel segno ascetico del suo intelletto d'amore, capace di agire in perfetta sinergia con la luce del cuore, per il bene di tutti. La storia della sua vita, le sue sofferenze affrontate e superate con coraggio, sono la prova tangibile della sua elevata essenza spirituale, fondata sulla necessità di instaurare un amorevole legame tra creature intimamente evolute e di sentimenti ispirati. Con la sua profonda consapevolezza di essere tutti uniti nell'Uno, Maria Gabriella rispecchia modernamente lo spirito mistico di una nuova Umanità che, a poco a poco, sta riscoprendo la sua luminosa essenza divina, esprimendola sempre più intensamente in tutte la manifestazioni della vita. Questo libro potrà agevolare questo ascetico risveglio di coscienza, contribuendo a riaffermare i Valori Universali dello Spirito quali la Verità, la Giustizia, la Libertà, l'Amore, la Pace e la solidarietà come requisiti fondamentali di ogni società evoluta,

capaci di vivificare, rigenerare e purificare l'intera Umanità e il proprio pianeta. Credo che anime come Gabriella saranno queste intelligenze dello "Spirito Universale", con il loro meraviglioso linguaggio celeste, capace di mutare il sapere umano in Conoscenza, a svelarci gli esaltanti orizzonti di una nuova Era nella quale la produzione scientifica, culturale ed artistica dell'intelletto umano sarà all'insegna della Verità, della Libertà, della Pace e soprattutto dell'Amore, inteso come irrinunciabile anelito verso l'Assoluto.

Guido Mendogni (*teologo-scrittore***)**

E' con commozione che ho finito di leggere il tuo libro "Lo specchio dell'anima". Cara Gabriella, mi sono rivisto in tante situazioni simili, di prove e difficoltà, che la Vita riserva sempre a chi non si ferma mai e lascia aperto lo spazio per nuove avventure ed esperienze spirituali. Ci accomuna la stessa esperienza con il nostro grande Maestro Sai Baba, la cui conoscenza e frequentazione ha

dato risposte imprevedibili e definitive, seppur sempre aperte a maggiori comprensioni ed esperienze. Sembra contradditorio ed incomprensibile il fatto di conciliare la pace interiore con il susseguirsi di gravi prove improvvise ed inaspettate; ma chi come noi, come tu hai descritto molto bene nelle tue pagine, ha fatto l'esperienza dell'abbandono totale alla volontà divina, lo può testimoniare, anche se impossibile da descriverne i risvolti emozionali. Dalle tue pagine si respira il fatto come possono essere dati significati nuovi e più profondi ai fatti della vita, imparando sempre più a superare l'etichettatura di positività e negatività. Penso che l'insegnamento più profondo del nostro Maestro, che in definitiva coincide con il messaggio di Gesù e di altri Maestri spirituali (anche se purtroppo spesso deturpati e traditi) sia proprio questo: la consapevolezza del nostro Sè interiore in quanto vera essenza della nostra persona. Allora prendi consapevolezza che non si tratta più di fatalismo o di inerzia, ma di far venire alla

luce la parte vera e profonda di te stesso. E ti senti poi di svolgere le tue attività ed il tuo impegno nella libertà, non più rivolgendo lo sguardo ad una ricerca di maggiore soddisfazione e perfezione personale, perchè il massimo già ti appartiene; ma sarà l'umanità con i suoi bisogni ad essere il campo del tuo interesse e della tua attività. Ed ecco allora il "Mandir della Pace" e tutte le altre bellissime iniziative come il CFP "Operatori e costruttori di Pace" che ci vedono uniti in uno sforzo i cui risultati sono nelle Sue mani; ma tutto sarà un'espressione di quell'Amore che significa Unità e relazione reciproca con ogni elemento del Creato. Grazie Gabriella!

Enzo De Caro – *Attore, esperto di discipline e filosofie orientali, Socio Fondatore del Mandir della Pace*

A Maria Gabriella le mie più sincere felicitazioni per aver saputo portarci per mano a vicenda, ricordandoci con il loro duplice ma in fondo

unico sentire che le storie personali non possono (troppo) distaccarsi dalla cosiddetta “ricerca spirituale” perché l'una rimanda inevitabilmente all'altra e ne riceve costantemente rimandi, indicazioni e suggerimenti. Il nostro piccolo Sé ha bisogno del suo alleato il grande Sé dello spirito per progredire, ma anche viceversa e non è facile.. Grazie quindi della condivisione di tutti e due! E a entrambi Auguri di cuore** Enzo De Caro

Dedico questo libro con Amore e Riconoscimenti

A mia figlia Ilaria per aver costituito il perno della mia esistenza nell'Amore per Lei per superare i miei momenti oscuri

Ad Alessandro, mio marito, prematuramente scomparso, con immensa gratitudine per aver contribuito con la forza del suo Amore alla mia Rinascita

A mia sorella Cetty per essere stata strumento karmico del mio "Risveglio", consentendomi di usare la potente arma del perdono per trasformare sentimenti di odio in Amore

Ai miei fratelli, sorelle, nipoti e a tutti i miei familiari per avermi sostenuto affettivamente nelle traumatiche traversie vissute

A mio nipote Davide perché possa comprendere sin dai suoi primi albori . . . il vero senso della Vita!

Ai miei genitori per avermi lasciato 'in eredità' i valori della Famiglia, della Rettitudine, della Fede e della Giustizia

Ai miei amici e conoscenti che ho incontrato, come compagni di viaggio, in questo mio percorso, ringraziandoli per aver condiviso la traccia di questi insegnamenti

Francesco dell'Amore Universale-Assisi-Eremo delle Carceri-Scultura donata al Comune di Assisi da M. Gabriella Lavorgna, Pres. Fondazione "Mandir della pac

Maria Gabriella Lavorgna
Lo Specchio dell'Anima
La logica del Creato nel grande gioco della Vita
La logica del Creato...nel grande gioco della Vita! Testimonianza e riflessioni della scrittrice sul vero Senso della Vita. Un viaggio introspettivo, nella Realizzazione del proprio Sé, in una visione del Mondo, attinta alla fonte dell'antica saggezza vedica, definita con il termine "Maya", ovvero illusione! "Maya" è ciò che offusca la visione della Realtà e che le ha consentito di superare per non dire abbattere il velo dell'ignoranza, cercando di interpretare la Logica del Creato, come strumento di Verità.
Il gioco della Creazione è la riflessione speculare del bianco e del nero, del positivo e negativo, che si ricongiunge al concetto di "Unità", nell'ottica dell'integrazione degli opposti!

"